

Teresa Król

# Wędrując ku dorosłości

Wychowanie  
do życia w rodzinie

---

Program zmieniony i dostosowany do nowej edycji podręcznika *Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klas I–III gimnazjum*, pod red. T. Król, (Nr ewidencyjny w wykazie 205/2011/z1/2015), spełniającego warunki określone w art. 22ao ustawy o systemie oświaty.

---

Program nauczania  
dla klas I–III gimnazjum

© Copyright 2015 by Katarzyna Król  
Wydawnictwo i Hurtownia Rubikon

*Korekta:*

Anna Grochowska-Piróg

*Projekt okładki:*

Łukasz Kosek

*Projekt graficzny i skład:*

Andrzej Cieplucha

ISBN 978-83-65217-00-4

Katarzyna Król

Wydawnictwo i Hurtownia Rubikon

ul. Na Leszczu 17, 30-376 Kraków

tel. 12 398 18 43, fax 12 398 18 44

[www.KsiegarniaRubikon.pl](http://www.KsiegarniaRubikon.pl)

REGON 351450547, NIP 944-147-11-82

## SPIS TREŚCI

### Wstęp

1. Dlaczego „wychowanie do życia w rodzinie” (WDŻ) w polskiej szkole? .....	6
2. Podstawa programowa .....	7
3. Rodzice i szkoła – wzajemne relacje .....	9
4. Cele kształcenia .....	10
5. Liczba godzin i podział na grupy .....	10
6. Struktura programu, układ treści .....	11
7. Metody i techniki pracy z uczniami .....	11
8. Krótki przegląd metod i technik nauczania .....	12
9. Jak oceniać uczniów na zajęciach WDŻ .....	19
10. Materiały i środki dydaktyczne do realizacji programu .....	20
11. Objasnienia skrótów .....	24

### Program

#### Klasa I

1. Lekcje „wychowania do życia w rodzinie” (WDŻ) i moje potrzeby .....	26
2. Historia rozwoju człowieka .....	29
3. Dojrzały człowiek – to znaczy... ..	31
4. Emocje i uczucia – czy są potrzebne? .....	33
5. Jak skutecznie się porozumiewać i rozwiązywać konflikty? .....	35
6. Rodzina niepełna. Poradnictwo młodzieżowe i rodzinne. ....	37
7. Co się ze mną dzieje? – czyli o dojrzewaniu (dla grupy dziewcząt) .....	39
8. Co się ze mną dzieje? – czyli o dojrzewaniu (dla grupy chłopców) .....	41
9. Z tym sobie poradzę (dla grupy dziewcząt) .....	43
10. Z tym sobie poradzę (dla grupy chłopców) .....	45
11. Rozwój psychoseksualny człowieka (dla grupy dziewcząt) .....	47
12. Rozwój psychoseksualny człowieka (dla grupy chłopców) .....	49
13. Pierwsza miłość .....	51

# Wędrując ku dorosłości

14. Presja seksualna. Nie daj się! (dla grupy dziewcząt) . . . . .	53
15. NIE dla presji seksualnej. (dla grupy chłopców) . . . . .	56
16. Przedwczesna inicjacja seksualna (dla grupy dziewcząt) . . . . .	59
17. Przedwczesna inicjacja seksualna (dla grupy chłopców) . . . . .	62
18. O kulturze wolnego czasu: Internet, prasa młodzieżowa, TV, reklama . . . . .	65
19. Koleżeństwo, ale jakie? Uzależnienia i asertywność. Cyberprzemoc. . . . .	68

## Klasa II

1. WDŻ w drugiej klasie. O potrzebie godności i szacunku człowieka . . . . .	71
2. Przyjaźń – szkołą miłości . . . . .	74
3. Miłość to znaczy . . . . .	76
4. Spotkania i rozstania . . . . .	78
5. Seksualność człowieka. Homoseksualizm (dla grupy dziewcząt) . . . . .	80
6. Seksualność człowieka. Homoseksualizm (dla grupy chłopców) . . . . .	82
7. Główne funkcje płciowości	
8. Miłość i szacunek; kolejność więzi (dla grupy dziewcząt) . . . . .	86
9. Miłość i szacunek; kolejność więzi (dla grupy chłopców) . . . . .	88
10. Czekać – nie czekać? (dla grupy dziewcząt) . . . . .	91
11. Czekać – nie czekać? (dla grupy chłopców) . . . . .	94
12. Uwaga! AIDS . . . . .	97
13. Choroby przenoszone drogą płciową . . . . .	99
14. Płodność kobiety i mężczyzny – co warto wiedzieć? (dla grupy dziewcząt) . . . . .	101
15. Płodność kobiety i mężczyzny – co warto wiedzieć? (dla grupy chłopców) . . . . .	103
16. Antykoncepcja i środki wczesnoporonne (dla grupy dziewcząt) . . . . .	105
17. Antykoncepcja i środki wczesnoporonne (dla grupy chłopców) . . . . .	107
18. Ekologia i planowanie rodziny . . . . .	110
19. Rola autorytetów w życiu człowieka . . . . .	113

## Klasa III

1. WDŻ w klasie trzeciej. Znam i akceptuję siebie .....	115
2. Miłość i jej rodzaje .....	117
3. Wartości związane z płciowością człowieka: budowanie więzi, małżeństwo i rodzicielstwo .....	119
4. Jak rozpoznać płodność i niepłodność w cyklu kobiety? (dla grupy dziewcząt) .....	121
5. Jak rozpoznać płodność i niepłodność w cyklu kobiety? (dla grupy chłopców) .....	124
6. Korzyści z obserwacji cyklu. Testery i aparaty w MNPR (dla grupy dziewcząt) .....	126
7. Korzyści z obserwacji cyklu. Testery i aparaty w MNPR (dla grupy chłopców) .....	129
8. Kiedy zaczyna się życie człowieka? .....	132
9. W oczekiwaniu na dziecko .....	134
10. Być matką (dla grupy dziewcząt) .....	136
11. Być ojcem (dla grupy chłopców) .....	138
12. Ciąża nastolatków. Gdzie szukać pomocy? .....	140
13. Aborcja .....	142
14. Życie jako fundamentalna wartość .....	144
15. Pornografia a kobieta (dla grupy dziewcząt) .....	146
16. Pornografia (dla grupy chłopców) .....	148
17. Prostytycja nieletnich (dla grupy dziewcząt) .....	150
18. Prostytycja nieletnich (dla grupy chłopców) .....	153
19. A jednak rodzina. Podsumowanie zajęć w gimnazjum .....	155

## Wstęp

### 1. Dlaczego wychowanie do życia w rodzinie w polskiej szkole?

*System oświaty zapewnia w szczególności wspomaganie przez szkołę wychowawczej roli rodziny. (Ustawa o systemie oświaty)*

Wśród wielu zagrożeń współczesnej cywilizacji pojawia się kryzys rodziny: coraz częstszy rozpad związków małżeńskich, wzrastająca liczba samotnych matek, a wśród nich „dzieci rodzące dzieci”. Na Zachodzie poszukuje się dróg wyjścia z tej sytuacji, bo tam zjawiska te coraz bardziej się nasilają. Lepiej jednak wzmocnić działania profilaktyczne niż leczyć.

Polska – jak wskazują rankingi i badania – to kraj, gdzie wartość rodziny nadal jest wysoko ceniona. Dla młodzieży udane życie małżeńskie jest jednym z „barometrów” osiągnięcia szczęścia. Jak więc ten stan zachować, a może nawet polepszyć?

Od wielu lat polska szkoła daje szansę wsparcia dla rodzin – są to zajęcia edukacyjne: „wychowanie do życia w rodzinie”.

Zajęcia WDŻ funkcjonują jako przedmiot na mocy rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej, wykonującego dyspozycję art. 4, ust. 1 i 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. z późn. zm.).

Przedmiot ten wzbudzał i nadal budzi wiele kontrowersji i obaw (niektóre środowiska żądają edukacji seksualnej w ujęciu permissywnym), ale obecna wersja przedmiotu może wydatnie wesprzeć rodzinę w jej działaniach wychowawczych. Tak też zajęcia te postrzegają rodzice. Potwierdzeniem ich stanowiska są wyniki badań przeprowadzonych na zlecenie MEN przez Instytut Badań Edukacyjnych w roku szkolnym 2014/2015: raport IBE **„Opinie i oczekiwania młodych dorosłych (osiemnastolatków) oraz rodziców dzieci w wieku szkolnym wobec edukacji dotyczącej rozwoju psychoseksualnego i seksualności”**. Warszawa, lipiec 2015.

Okazuje się, że oczekiwania rodziców wobec zajęć WDŻ są zgodne z funkcjonującymi od 17 lat celami i treściami zawartymi w podstawie programowej. Wolą rodziców jest ujęcie treści seksualnych w szerszym kontekście, który łączy aspekt fizyczny z emocjonalnym, intelektualnym, społecznym i duchowym. Zależy im na tym, by nauczyciel realizując program WDŻ odnosił się do wartości, które budują miłość, trwałe i wierny związek, małżeństwo i rodzinę. Zadaniem szkoły jest więc pomoc w rozwoju psycho-

seksualnym dzieci i młodzieży. Chodzi o to, by oczekiwania rodziców i wychowawców (nauczycieli WDŻ) były zbieżne i oparte na zbliżonych systemach wartości, polskich tradycjach oraz przyjętych zasadach postępowania. Cel bowiem jest wspólny: dopomóc młodemu człowiekowi w jego rozwoju psychofizycznym, społecznym i duchowym. Pełne zaangażowanie i optymizm nauczycieli „wychowania do życia w rodzinie” ułatwi młodzieży wędrowanie ku dorosłości.

## 2. Podstawa programowa

„Wychowanie do życia w rodzinie” w podstawie programowej z dnia 27 sierpnia 2012 roku (Dz. U. z dn. 30.08.2012, poz. 977) rozszerzono o niektóre zagadnienia (np. rodzina niepełna, prostytutka nieletnich) oraz doprecyzowano cele kształcenia – wymagania ogólne. Opracowane w 1999 roku hasła programowe pozostały prawie niezmienione; są dostosowane do możliwości percepcyjnych uczniów, jak również wrażliwości odpowiadającej danemu etapowi ich rozwoju. Informacje natury biologicznej są zintegrowane z wiedzą psychologiczną i obudowane aksjologią. Tak więc rodzice nadal akceptują cele i treści nauczania zajęć „wychowanie do życia w rodzinie”.

Ministerstwo Edukacji uwzględnia prawa rodziców jako pierwszych wychowawców, pozostawiając im możliwość odmowy uczestnictwa ich dziecka w „wychowaniu do życia w rodzinie”. W szkolnym planie nauczania tego przedmiotu został umieszczony zapis: Uczniowie uczęszczają, jeśli rodzice nie wyrazili sprzeciwu. Nowa forma decyzji rodziców gwarantuje lepszą frekwencję uczniów na zajęciach.

### Treści programowe obowiązujące od roku szkolnego 2012/2013

#### III etap edukacyjny (klasy I–III gimnazjum)

##### Cele kształcenia – wymagania ogólne:

- I. Okazywanie szacunku innym ludziom, docenianie ich wysiłku i pracy, przyjęcie postawy szacunku wobec siebie; wnoszenie pozytywnego wkładu w życie swojej rodziny.
- II. Przyjęcie integralnej wizji osoby; wybór i urzeczywistnianie wartości służących osobowemu rozwojowi; kierowanie własnym rozwojem, podejmowanie wysiłku samowychowawczego zgodnie z uznawanymi normami i wartościami; poznawanie, analizowanie i wyrażanie uczuć; rozwiązywanie problemów i pokonywanie trudności okresu dorastania.

# Wędrując ku dorosłości

- III. Znajomość organizmu ludzkiego i zachodzących w nim zmian oraz akceptacja własnej płciowości; przyjęcie integralnej wizji ludzkiej seksualności; umiejętność obrony własnej intymności i nietykalności seksualnej oraz szacunek dla ciała innej osoby.
- IV. Korzystanie ze środków przekazu w sposób selektywny, umożliwiający obronę przed ich destrukcyjnym oddziaływaniem.
- V. Umiejętność korzystania z systemu poradnictwa dla dzieci i młodzieży.

## Treści nauczania – wymagania szczegółowe

1. Rozwój człowieka: faza prenatalna, narodziny, faza niemowlęca, wczesnodziecięca, przedpokwitaniowa, dojrzewania, młodości, wieku średniego, wieku późnego. Życie jako fundamentalna wartość.
2. Budowa prawidłowych relacji z rodzicami. Konflikt pokoleń; przyczyny i sposoby rozwiązywania konfliktów. Odpowiedzialność wszystkich za atmosferę panującą w rodzinie. Rodzina niepełna.
3. Rola autorytetów w życiu człowieka.
4. Relacje międzyosobowe i ich znaczenie. Przyjaźń, zakochanie, miłość; pierwsze fascynacje, miłość platoniczna, miłość młodzieńcza, miłość dojrzała.
5. Zachowania asertywne.
6. Podstawowe informacje o rozwoju seksualnym człowieka: tożsamość płciowa: kobiecość i męskość.
7. Dojrzewanie. Rozumienie i akceptacja kryteriów dojrzałości biologicznej, psychicznej i społecznej.
8. Problemy i trudności okresu dojrzewania (napięcia seksualne, masturbacja), sposoby radzenia sobie z nimi, pomoc w rozeznaniu sytuacji wymagających porady lekarza lub innych specjalistów.
9. Różnice w rozwoju psychoseksualnym dziewcząt i chłopców; postawy i wzajemne oczekiwania.
10. Zagrożenia okresu dojrzewania: presja seksualna, uzależnienia, pornografia, prostytutka nieletnich.
11. Główne funkcje płciowości: wyrażanie miłości, budowanie więzi i rodzicielstwo.
12. Inicjacja seksualna; związek pomiędzy aktywnością seksualną a miłością i odpowiedzialnością; dysfunkcje związane z przedmiotowym traktowaniem człowieka w dziedzinie seksualnej. Ryzyko związane z wczesną inicjacją.
13. Kształtowanie i akceptacja tożsamości płciowej. Możliwości pomocy w pokonywaniu trudności związanych z tożsamością płciową.



14. Płodność wspólną sprawą kobiety i mężczyzny.
15. Planowanie rodziny. Metody rozpoznawania płodności. Antykoncepcja – aspekt zdrowotny, psychologiczny i etyczny.
16. Infekcje przenoszone drogą płciową. AIDS: drogi przenoszenia zakażenia, profilaktyka, aspekt społeczny.
17. Wartości związane z seksualnością człowieka: męskość, kobiecość, miłość, małżeństwo, rodzicielstwo. Znaczenie odpowiedzialności w przeżywaniu własnej płciowości oraz budowaniu trwałych i szczęśliwych więzi.
18. Wpływ sposobu spędzania wolnego czasu (w tym korzystania ze środków masowego przekazu) na człowieka.

### 3. Rodzice i szkoła – wzajemne relacje

*Rodzice wychowują dziecko pozostające pod ich władzą rodzicielską i kierują nim. Obowiązani są troszczyć się o fizyczny i duchowy rozwój dziecka i przygotować je należycie do pracy dla dobra społeczeństwa, odpowiednio do jego uzdolnień.* (Kodeks rodzinny i opiekuńczy ustawa z dnia 25 lutego 1964 r. Art. 96, poz. 59, poz. 59)

W świetle powyższego stwierdzenia można zapytać, jaka rola w wychowaniu do życia w rodzinie przypada szkole? Odpowiedź jest jasna i jednoznaczna: nauczyciele i wychowawcy powinni kierować się zasadą pomocniczości. Szczególnie w sytuacji, gdy rodzina nie może skutecznie wychowywać sama (rodziny dysfunkcyjne, niewydolne), wówczas nauczyciele działają w imieniu rodziców. Zdarza się, że rodzice nie potrafią rozmawiać z dziećmi na tematy związane z płciowością, czują się bezradni. Z jednej strony chcą uchronić dzieci przed dewastacją ich delikatnej psychiki, a z drugiej boją się być posądzeni o nienowoczesność. Rozporządzenie MEN w sprawie wprowadzenia zajęć edukacyjnych „wychowanie do życia w rodzinie” do nauczania szkolnego daje rodzicom możliwość uczestnictwa ich dzieci w zajęciach. Nauczyciel przed przystąpieniem do realizacji zajęć ma obowiązek przedstawić rodzicom program, podręczniki, jakie zaleci uczniom, oraz pomoce naukowe. Jeśli przedstawiony program i działania wychowawcze nie będą rodzicom odpowiadały, wówczas mogą oni nie wyrazić zgody na uczestnictwo swojego dziecka w tych zajęciach (par. 4.1 Rozporządzenia MEN z dnia 10 sierpnia 2009 r. zmieniającego rozporządzenie w sprawie sposobu nauczania szkolnego oraz zakresu treści dotyczących wiedzy o życiu seksualnym człowieka, o zasadach świadomego i odpowie-

# Wędrując ku dorosłości

działnego rodzicielstwa, o wartości rodziny, życia w fazie prenatalnej oraz metodach i środkach świadomej prokreacji zawartych w podstawie programowej kształcenia ogólnego).

Trzeba mieć nadzieję, że nauczyciele zaproponują takie wychowanie, które nie oddzieli sfery seksualnej od emocjonalnej oraz od rozwoju duchowego. Przejrzystość osobowa wychowawcy i prawość jego charakteru winna budzić zaufanie rodziców, prowadząc do współpracy. Taka spójność w wychowaniu może stawić czoła współczesnym zagrożeniom i przynieść pozytywne efekty w procesie wychowania prorodzinnego.

## 4. Cele kształcenia

Cele kształcenia WDŻ są kompatybilne z programem wychowawczym i profilaktycznym szkoły. Każdy nauczyciel, który będzie realizował zajęcia prorodzinne, winien mieć świadomość swojego oddziaływania na wychowanków. Chodzi o to, aby prowadzący ten przedmiot rzeczywiście wspierał ucznia w kształtowaniu osobowości oraz pomagał mu otworzyć się na potrzeby drugiego człowieka.

Przez stopniową realizację programu uczniowie powinni osiągnąć emocjonalną dojrzałość oraz przyjąć taką postawę, która umożliwi im życie w rodzinie pełnej pokoju i radości. Świat wartości, ku któremu nauczyciel będzie „pociągał”, da wychowankom motywację do urzeczywistnienia w swoim życiu dobra, piękna i prawdy oraz właściwe rozumienie odpowiedzialności.

## 5. Liczba godzin i podział na grupy

W założeniu autorów programu wychowanie prorodzinne jest procesem i nie może ograniczyć się tylko do informacji biologiczno-medycznych. Integralne ujęcie ludzkiej seksualności wymaga, aby wiele problemów nie tylko naświetlić, ale też dać uczniom czas na przemyślenie, dyskusję i przeżycie emocjonalne. W planowaniu zajęć należy również uwzględnić różne tempo rozwoju psychoseksualnego dziewcząt i chłopców, co wymaga prowadzenia niektórych zajęć z podziałem na grupy według płci. Podział ten jest umotywowany nie tylko częściowo „krępującymi” tematami, które dotyczą stosunkowo niewielkiej liczby zajęć lecz także i tym, że w okresie dojrzewania świat emocjonalny dziewcząt i chłopców, ich zainteresowania, potrzeby psychiczne itp. są tak bardzo różne, że w grupach jednopłciowych praca wychowawcza może być spokojniejsza i bardziej twórcza. Dlatego

proponuje się w I, II i III klasie gimnazjum dla nauczyciela 19 godz. rocznie (np. zajęcia w jednym semestrze w każdej klasie objętej programem), dla uczniów po 14 godzin: 9 spotkań wspólnych i 5 z podziałem na grupy. Taki przydział godzin znajduje odzwierciedlenie w proponowanym programie – po 14 jednostek tematycznych dla każdej klasy, w tym 5 z podziałem na grupy dziewcząt i chłopców. Przydział zagadnień dla grup jedнопłciowych to tylko autorska propozycja. Być może nauczyciel znający oczekiwania i potrzeby swoich uczniów sam (lub w porozumieniu z rodzicami) zaplanuje inne tematy z podziałem na grupy.

## 6. Struktura programu, układ treści

Materiał nauczania został ułożony w kolejne cykle, stanowi więc spiralny układ treści. Nauczyciel w kolejnych klasach porusza się w obrębie haseł programowych dotyczących: rodziny, funkcji płciowości i komunikacji międzyludzkiej. Każdy cykl jest dostosowany do wieku uczniów i ich możliwości percepcyjnych. Stanowi bazę i układ odniesienia dla podobnego cyklu w następnych poziomach nauczania.

Z uwagi na akcelerację (przyspieszone dojrzewanie młodzieży) i zdarzające się cięższe dziewcząt w gimnazjum, zagadnienia dotyczące zagrożeń okresu dojrzewania, np. presja seksualna, przedwczesna inicjacja seksualna, zostały uwzględnione już w klasie I. Zaleca się jednak elastyczność w wychowawczym oddziaływaniu, przedstawione w tym układzie treści programowe trzeba potraktować jako pewną propozycję. Nauczyciel-kreator spotkania uwzględni specyfikę każdego zespołu klasowego, oczekiwania uczniów, ich rzeczywiste potrzeby i pogodzi je z zasadą stopniowego wprowadzania w zagadnienia wymagające dojrzałości emocjonalnej i intelektualnej.

Trzeba tylko pamiętać, aby treści i sposób przekazu rzeczywiście pomagały uczniom w kształtowaniu postawy akceptującej swoją osobowość i wzmacniały szacunek dla innych.

## 7. Metody i techniki pracy z uczniami

Nauczyciel – główny projektant sytuacji dydaktycznej – dobiera do treści nauczania najbardziej właściwe metody. Repertuar sposobów i technik działania na zajęciach wychowania do życia w rodzinie winien być bogaty i różnorodny. Zamierzeniem programu jest przedstawienie takiej propozycji, która ukierunkuje wychowanków na rozwój zarówno intelektualny, jak

# Wędrując ku dorosłości

też psychiczny, moralny i społeczny. Dlatego zostały zaproponowane formy i metody pracy wzmacniające komunikację, zarówno w relacji: uczeń – nauczyciel, jak również uczeń – uczeń.

Wychowanie do wolności i odpowiedzialności będzie skuteczne tylko wtedy, gdy uczeń aktywnie włączy się w proces dydaktyczno-wychowawczy i świadomie, z wyboru, przyjmie proponowane wartości.

Zadaniem nauczyciela jest zbudowanie takiej koncepcji lekcji (na podstawie znajomości grupy uczniów), aby wyzwolić czynnik emocjonalny. Otwartość nauczyciela oraz jego pomysłowość będą tu najważniejsze. W programie często proponuje się korzystanie z materiału filmowego.

Wiadomo, że słuchanie i zapamiętywanie jest trudniejsze niż oglądanie i zapamiętywanie. Obecnie uczniowie funkcjonują w kulturze obrazkowej, dlatego można skorzystać również z zaproponowanych prezentacji multimedialnych. Nasze zajęcia nie powinny być nudne, monotonne. Zapamiętujemy lepiej wówczas, gdy angażujemy zmysł wzroku – obraz mówi więcej niż tysiąc słów. Nie jest łatwo przekazywać rzeczy oczywiste, np. wzajemną pomoc w domu rodzinnym, troskę, miłość itp. Tematy te wymagają języka niebanalnego, subtelnego, o dużym ładunku ekspresji. Prowadzący zajęcia muszą się kontrolować, aby nie popaść w ton podniosły, patetyczny. Tego młodzież nie lubi i choćbyśmy mówili samą prawdę – nie przyjmie jej. W tym wypadku filmy mogą okazać się dużą pomocą, ale należy je umiejętnie wpleść w tok lekcji.

Twórcza postawa nauczyciela będzie tu najważniejsza. Od jego inwencji zależy, czy proces nauczania stanie się interesujący, a lekcje wychowania do życia w rodzinie będą ciekawym wydarzeniem zarówno dla wychowanka, jak i wychowującego.

## 8. Krótki przegląd metod i technik nauczania

### Praca w małych grupach

Uczniowie podzieleni na małe zespoły (4–6 osób) pracują nad tymi samymi lub innymi problemami w tym samym czasie. Następnie przedstawiciele zespołów, zwani liderami lub sekretarzami, przedstawiają wnioski na forum całej klasy. Praca w małych grupach motywuje do zabierania głosu uczniów szczególnie niepewnych siebie, nieśmiałych. Praca w zespołach powinna być dobrze zaplanowana i przygotowana oraz postrzegana przez uczniów jako ważna.

Jak dzielić na grupy?

Skład grupy powinien być dobrany według zasady zmienności, np. przez odliczanie lub przez losowanie karteczek z numerami grupy.

Przebieg zajęć:

- prowadzący dzieli uczestników na zespoły,
- przedstawia pytania lub problemy (lepiej, jeśli są zapisane na kartkach),
- określa czas pracy,
- każda grupa wybiera lidera, który będzie czuwał nad przebiegiem pracy i zapisywał wnioski,
- prowadzący zajęcia nie ingeruje w pracę zespołów,
- po zakończeniu pracy przedstawiciele zespołów przedstawiają wnioski w postaci krótkiego sprawozdania ustnego na forum całej klasy,
- prowadzący podsumowuje pracę grup, na tablicy lub arkuszach papieru notuje wnioski i omawia rezultaty pracy, wiążąc je z tematem spotkania.

## **Drama – symulacja ról**

Polega na analizie danego zagadnienia poprzez wejście w sytuację osób, które rzeczywiście przeżywają omawiany problem. Najczęściej są to konkretne sytuacje z życia. Chętni uczestnicy wcielają się w role tych osób i spontanicznie odgrywają określoną sytuację. Każdy uczestnik powinien posiadać wystarczającą wiedzę o zakładanych okolicznościach, aby mógł prawidłowo zrozumieć rolę, którą ma odegrać. (Uczniowie otrzymują krótką notatkę o danej sytuacji i okolicznościach). Po skończonej scenie uczniowie dzielą się swoimi przeżyciami. Grupa pod kierunkiem prowadzącego wyciąga wnioski i nad nimi dyskutuje. Dzięki tej metodzie:

- uczniowie uzyskują wgląd w motywy i postawy innych osób,
- udział w symulacji poucza, jak zachować się w przyszłości,
- następuje pobudzenie aktywności i zaangażowania,
- uczniowie wyciągają wnioski i formułują własne rozwiązania.

Przebieg zajęć:

- prowadzący prosi chętne osoby do odegrania ról,
- role są jasno określone, np. zapisane w poleceniu dla uczniów,
- czas trwania scenki powinien być stosunkowo krótki – do 4 minut,
- odgrywanie ról odbywa się spontanicznie,
- po zakończeniu scenki prowadzący pyta grających, co przeżywali w czasie gry,
- prosi, aby uczniowie spróbowali nazwać uczucia towarzyszące im podczas odgrywania ról,

# Wędrując ku dorosłości

- w drugiej kolejności dzielą się swoimi wrażeniami obserwujący „widzowie”,
- prowadzący podsumowuje wypowiedzi uczestników.

Symulacje pozwalają graczom wejść w interakcje podobne do tych, które zdarzają się w otaczającej ich rzeczywistości. Prowadzą do jej poznania i zrozumienia motywów ludzkiego działania, a w konsekwencji ujrzenia swojej życiowej roli w różnych sytuacjach. Można niekiedy zastosować tzw. metodę odwróconych ról. Wówczas osoby biorące udział w dramie wymieniają się rolami i identyfikują z osobą prezentującą przeciwny punkt widzenia. Gry i symulacje wymagają aktywnego udziału uczestników, pobudzają ciekawość i wywołują wiele emocji.

## Technika pracy w parach

Po wykonaniu pewnych zajęć ćwiczeniowych uczniowie są proszeni o zwrócenie się do swojego sąsiada w celu przedyskutowania omówionego zagadnienia. Technika ta jest stosowana szczególnie wtedy, gdy uczniowie mają przekazywać informacje związane z osobistymi przeżyciami, wrażeniami i reakcjami lub też dawać sobie nawzajem rady i uwagi.

## Pogadanka

Pogadanka polega na rozmowie nauczyciela z uczniem. Nauczyciel musi przewidywać, jaką ma uzyskać odpowiedź. Bazuje się na częściowej wiedzy uczniów i na ich doświadczeniu. Pedagogiczne walory pogadanki zależą od umiejętności formułowania pytań, które mają wywoływać niepokój intelektualny i uruchamiać sferę emocjonalną. Pytania te powinny aktywizować uczniów do myślenia i gotowości podjęcia dialogu. Należy unikać pytań zaczynających się od „czy”. Prowadzący winien zatroszczyć się o to, aby udzielane odpowiedzi były poprawne, dostatecznie obszerne i wyczerpujące. Nie można dopuścić do zbytowego uszczegóławiania głównego zagadnienia, aby nie pominąć spraw istotnych. Pogadanka często ma charakter wprowadzający, ale może też zajmować znaczną część lekcji lub mieć tylko charakter podsumowujący.

## Wykład

Wykład polega na jednokierunkowym przekazie informacji: w porządku chronologicznym i związłym układzie logicznym. Jest zbudowany z kilku części:

## część wstępna

- podanie tematu,
- podanie tez – czyli głównych zagadnień,
- podanie literatury rozszerzającej temat,
- uświadomienie celu wykładu.

## część główna

- omówienie przedstawionych tez, ilustrowane odpowiednio dobranymi przykładami, przygotowanymi cytatami, środkami audiowizualnymi (wykresy, plansze, symulacje komputerowe lub prezentacje multimedialne).

## część końcowa

- dokonanie zwięzłego podsumowania,
- pytania uczniów.

## *Cechy dobrego wykładu:*

- komunikatywność (używanie terminów zrozumiałych przez uczniów),
- poprawna dykcja,
- odpowiednie tempo mówienia,
- modulacja głosu,
- kontakt wzrokowy z uczniami,
- umiejętność improwizacji,
- prezentowanie treści z pamięci,
- oszczędna gestykulacja,
- przyjęcie postawy stojącej,
- w przypadku zmniejszającej się recepcji uczniów stosowanie tzw. przerwników (np. żarty, anegdoty),
- duży ładunek zaangażowania emocjonalnego,
- w toku wykładu odwoływanie się do przykładów, obrazów, ilustracji,
- wykład nie powinien być dłuższy niż 15–20 minut.

## **Dyskusja**

Dyskusja polega na zbiorowym roztrząsaniu problemu. Istotą dyskusji jest szczerza, niczym nieskrępowana wymiana poglądów oraz próba ich uzasadnienia.

Przedmiotem dyskusji są tylko te zagadnienia i problemy, w stosunku do których zakładamy zróżnicowanie poglądów.

## *Etapy dyskusji:*

- przygotowanie do dyskusji

# Wędrując ku dorosłości

Dobrze jest wcześniej poinformować uczniów o planowanej lekcji – temacie – problemie, aby mogli zebrać odpowiedni materiał: wywiady, teksty, obserwacje, wnikliwe przemyślenia;

- na lekcji:
- podanie tematu lekcji (dyskusji),
- zagajenie,
- dyskusja właściwa,
- podsumowanie i wyciągnięcie wniosków.

*Zasady dyskusji:*

- niedopuszczenie do ośmieszania czy wykpienia osób prezentujących niepopularne decyzje lub kontrowersyjne stanowiska,
- przeciwdziałanie odbieganiu od tematu,
- zachęcanie uczniów nieśmiałych do dyskusji,
- wnikliwe i pełne grupowanie stanowisk,
- unikanie natychmiastowej konfrontacji.

## Dyskusja panelowa

Kilku uczniów – „ekspertów” wymienia swoje poglądy na jakąś kwestię. Reszta klasy przysłuchuje się, a pod koniec sesji zadaje „ekspertom” pytania.

## Debata oksfordzka

Podobnie jak w dyskusji panelowej, bierze w niej udział kilku uczniów z podziałem na dwa obozy. Dyskusją kieruje moderator. Tematy takiej debaty muszą grupować uczniów na dwa opozycyjne stanowiska, np. zwolenników i przeciwników metod naturalnego planowania rodziny.

## Metoda „burzy mózgów”

Bywa stosowana do znajdowania rozwiązań niekoniecznie konwencjonalnych. Daje wyższe prawdopodobieństwo znalezienia rozwiązania „sprytnego”, znacznie lepszego niż przeciętne.

Etapy pracy:

- faza generacji pomysłów

Opisujemy problem i cele, do których chcemy dotrzeć. Zachęcamy do zgłaszania jakichkolwiek propozycji rozwiązań problemu, zapisując je na tablicy. Należy wyjaśnić, że w tej fazie jakiejkolwiek oceny pomysłów są niedopuszczalne, i przeciwdziałać wyrażaniu ocen.

- faza selekcji pomysłów

W tej fazie jak najprecyzyjniej opisujemy zbiór kryteriów oceny propozycji



rozwiązań. Należy zadbać o dobranie kryteriów najistotniejszych w kontekście celu, do którego chcemy dotrzeć. Następnie na forum klasy selekcjonujemy pomysły, rozpatrując je po kolei. Na końcu hierarchizujemy pomysły i wybieramy „superpomysł”, najlepsze rozwiązanie.

## **Metoda „karo” (inaczej: diamentu)**

Uczniowie pracują indywidualnie lub w grupach. Otrzymują 9 kart w kształcie rombu, na których są umieszczone stwierdzenia dotyczące omawianego zagadnienia. Następnie szeregują karty w kształcie karo (diamentu), umieszczając najwyżej kartonik z hasłem według nich najistotniejszym, poniżej umieszczają karty z hasłami mniej istotnymi, a na samym dole kartę z zagadnieniem najmniej ważnym. Technika ta uświadamia uczniom, że istnieją różne hierarchie wartości, angażuje uczniów w dyskusję i pobudza do refleksji. Zakończenie ćwiczenia polega na porównaniu uszeregowania kart w poszczególnych grupach.

## **Technika zdań niedokończonych**

Ćwiczenie może przebiegać indywidualnie lub w grupach. Nauczyciel przygotowuje zestaw niedokończonych zdań. Ćwiczenie to ułatwia samodzielne wypowiedzianie się i przywołuje pewne skojarzenia. Ciekawe mogą okazać się podobieństwa i różnice między poszczególnymi wypowiedziami.

## **Metoda sytuacyjna (analiza przypadków)**

Wywołuje ona duże zainteresowanie uczniów dzięki samodzielnemu rozwiązywaniu problemów zawartych w odpowiednio dobranych sytuacjach (rzeczywistych, bądź fikcyjnych). Zadaniem nauczyciela jest trafne dobranie przykładów zaczerpniętych z Internetu, prasy młodzieżowej, listów do redakcji lub opowiadań. Prowadzący zajęcia może posłużyć się również filmem lub jego fragmentem. Uczestnicy mają okazję poznawać własne zachowania, systematyzować hierarchię wartości, które motywują do programowania konkretnych rozwiązań.

### *Przebieg zajęć:*

- uczniowie zapoznają się z typową dla danego tematu sytuacją,
- otrzymują polecenie wymagające podjęcia pewnych decyzji, zajęcia określonego stanowiska i uzasadnienia tych decyzji,
- najczęściej przyjmują indukcyjny tok rozumowania (od szczegółu do ogółu): analiza, porównanie, abstrahowanie, wyprowadzenie wniosków, a także poszukiwanie alternatyw.

# Wędrując ku dorosłości

- po wyartykułowaniu poglądów prowadzący podsumowuje, uogólnia i wyprowadza wnioski.

## Metoda „śniegowej kuli”

Polega na przechodzeniu od pracy indywidualnej do pracy w całej grupie. Nauczyciel prosi o samodzielne, indywidualne przemyślenie problemu, następnie o przedyskutowanie w parach (i ewentualnie sporządzenie krótkich notatek). Dalszy etap: pary łączą się w „czwórki” i w tych zespołach następuje wymiana poglądów, wspólne ustalenia i ewentualna notatka. Dalszy ciąg ćwiczenia przebiega w „ósemkach”, „szesnastkach”; wreszcie otrzymujemy ostateczny wynik i wyciągnięcie wniosków w całej klasie. Zanotowanie wyniku pracy na plakacie lub tablicy.

## Metoda trybunału

Jeżeli mamy dokonać określonego osądu danego zdarzenia, zjawisk, postawy danej osoby lub grupy, wówczas można ze społeczności uczniowskiej uczynić quasi-trybunał sądowy. Wyznaczamy: sędziego, prokuratora, grupę ławników, obrońców i oskarżycieli.

- sędzia otwiera przewód sądowy i określa przedmiot rozprawy, czuwa nad całością,
- prokurator wygłasza mowę oskarżycielską,
- rzecznicy stron uzasadniają swoje racje.

Po dyskusji – wypowiedzeniu się rzeczników, prosimy ławników (5–7) osób, by opuścili klasę i uzgodnili swój werdykt (winny lub niewinny). Po naradzie przewodniczący ławników informuje o wyniku narady, a sędzia ogłasza ostateczny wyrok. Od wyroku prokurator lub rzecznicy mogą wnieść odwołanie do sądu wyższej instancji.

Przykłady tematów:

- oskarżamy i bronimy modelu rodziny 2+1,
- oskarżamy i bronimy dopalacze,
- oskarżamy i bronimy subkulturę młodzieżową.

## Jak realizować wychowanie do życia w rodzinie?

- Prowadzić zajęcia w sposób atrakcyjny i nieschematyczny.
- Niektóre tematy powinny wynikać z propozycji uczniów, tzw. „skrzynki pytań”.
- Wykorzystywać środki dydaktyczne: filmy, plansze, nagrania, foliogramy, prezentacje multimedialne.

- Przedmiot nie podlega ocenie. Swobodę wypowiedzi może zapewnić uczniom przyjęcie zasady niekrytykowania.
- Na zajęciach winna dominować atmosfera ciepła, więzi i serdeczności (bez niepewności i lęku).

## 9. Jak oceniać uczniów na zajęciach WDŻ?

Przedmiot wychowanie do życia w rodzinie zgodnie z rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej z dnia 12 sierpnia 1999 roku w sprawie sposobu nauczania szkolnego (par. 4.3) nie jest oceniany. Kolejne nowelizacje tego rozporządzenia nie wprowadziły w tym punkcie zmian.

Swoboda wypowiedziania się uczniów, wyrażania opinii i poglądów, zajmowania określonych stanowisk, duży stopień zaangażowania emocjonalnego – to specyfika tych zajęć. Utrzymanie jej będzie możliwe, jeśli zajęcia pro-drodzinne nie będą podlegały typowej szkolnej ocenie. Jednak nauczyciele, jak też uczniowie i rodzice są ciekawi efektów swojej pracy. Uczestnikom zajęć należy się gratyfikacja choćby za stopień zaangażowania, współpracę w grupie, pomysłowość, elokwencję, komunikowanie się, atmosferę pracy i zadowolenie z niej, czy wreszcie – poszukiwanie informacji, porządkowanie ich, wnioskowanie; przygotowanie nagrań, prezentacji, referatów, projektów itp.

Nauczyciele prowadzący zajęcia WDŻ zazwyczaj dostrzegają i odnotowują to zaangażowanie uczniów. Współpracując z wychowawcą klasy, przekazują zebrane informacje o osiągnięciach uczniów. Rodzice także mogą i powinni być informowani o zaangażowaniu ich dzieci.

W programie „Wędrując ku dorosłości” pierwsza godzina lekcyjna w każdej klasie została tak zaprojektowana, aby znaczną jej część poświęcić zmotywowaniu uczniów do podjęcia wysiłku aktywnego uczestnictwa w zajęciach, uczenia się i planowania swojego osobowego rozwoju.

Przekazanie uczniom informacji o tym, co będzie przedmiotem zajęć w danym roku szkolnym, jakie cele i zadania, stawia prowadzący zajęcia, oraz ukazanie perspektywy osiągnięć życiowych, powinno wzbudzić u uczniów zaciekawienie i motywację do pracy. Nauczyciel może poprosić uczniów, aby sformułowali własne cele i oczekiwania od zajęć WDŻ. Może także nastąpić próba uzgodnienia celów uczniowskich z celami programu. Prowadzący zajęcia winien zwrócić wychowankom uwagę na to, jaką wiedzę i umiejętności oraz jakie korzyści mogą przynieść im lekcje wychowania do życia w rodzinie.

# Wędrując ku dorosłości

Na ostatnich zajęciach w każdym roku szkolnym powinno się przeznaczyć czas na podsumowanie wiadomości, dokonanie ewaluacji i wysłuchanie uczniów, ich opinii, pytań, wątpliwości. Zbieranie zwrotnych informacji może okazać się bardzo użyteczne z punktu widzenia doskonalenia metod, form i warsztatu pracy nauczyciela.

Informacje zwrotne powinny też być kierowane od nauczyciela do uczniów: pochwała, zauważenie osiągnięć, albo też trudności i wspólne ich rozwiązywanie – to cenna gratyfikacja. Sprawdzanie wiedzy uczniów z niektórych bloków tematycznych mogą być mierzone po ich zakończeniu za pomocą testów lub ankiet.

Prowadzący ma możliwość zaobserwowania poziomu nabytych wiadomości czy zmianę postaw młodzieży także w toku zorganizowanej debaty, dyskusji czy rozwiązywania problemów metodą sytuacyjną. Trzeba przy tym mieć świadomość, że niektóre efekty naszej pracy zostaną zweryfikowane i zauważone dopiero w dorosłym życiu wychowanków.

## 10. Materiały i środki dydaktyczne do realizacji programu

### A. Scenariusze zajęć

W ciągu wielu lat istnienia zajęć prorodzinnych w polskiej szkole zrodziło się немало ciekawych nauczycielskich pomysłów, doświadczeń, materiałów i pomocy dydaktycznych. Niektórzy z nich zechcieli podzielić się nimi. I tak np. w środowisku nauczycieli z Opola powstał zbiór scenariuszy na lekcje wychowania do życia w rodzinie pod redakcją konsultantki Barbary Charczuk, zatytułowany *Wygrajmy młodość*. Materiał z tego zbioru znalazł miejsce w „Procedurach osiągnięcia celów”. W podobny sposób służy zestaw scenariuszy *Dorastanie do miłości* autorstwa Marii Kwiek i Iwony Nowak – praca pionierska, nagrodzona przez MEN jeszcze w 1993 roku (wtedy zarządzeniem nr 26 MEN wprowadziło po raz pierwszy obligatoryjne zajęcia prorodzinne do nauczania szkolnego). Drugie wydanie tej książki, uzupełnione i rozszerzone, oscyluje wokół budowania tożsamości ucznia, autorefleksji, dokonywania trudnych, opartych na fundamentalnych wartościach wyborów. Dla niektórych nauczycieli takie ujęcie seksualności człowieka może wydawać się nienowoczesne i trudne do przekazania. Jednakże „kryzys wartości postępuje i jeśli nie zostanie zatrzymany u źródła, coś niepokojącego i niedobrego stanie się normą. A wówczas będzie już można śmiało uznać to za druzgoczącą porażkę naszego rodzaju.” (rec. filmu „Galerianki”, Artur Cichmiński, stopklatka.pl, 27 lipca 2009).

Zaproponowane w programie materiały pomocnicze w żaden sposób nie obligują nauczycieli do wyłącznego z nich korzystania. Należy je potraktować jedynie jako pewną propozycję podczas realizacji programu „*Wędrując ku dorosłości*”. Fachowość nauczycieli, ich pomysłowość i inwencja stworzą niejednokrotnie własne sposoby realizacji zajęć, własne narzędzia i własne materiały.

## B. Filmy

W ostatnich latach pojawiło się wiele nowych filmów edukacyjnych do zajęć WDŻ, zwłaszcza w zakresie profilaktyki. Oto niektóre z nich:

**Seria 3 filmów *Zakochanie i co dalej...*** dla uczniów gimnazjum i szkół ponadgimnazjalnych. (Wydawnictwo Rubikon)

1. *Filizanka czekolady* (Zakochanie. Chłopak i dziewczyna. Pierwsze związki) + komentarz psychologa, czas: 24 min.
2. *Ostry makijaż* (Wczesna inicjacja seksualna) + komentarz psychologa, czas: 21 min.
3. *Tato* (Uzależnienie od pornografii) + komentarz psychologa, czas: 25 min.

**Seria 12 filmów *Ja-Ty-My*** Krótkie wykłady (4-12 minut) dla szkół gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych. (Wydawnictwo Rubikon)

1. *Edukacja seksualna, ale jaka?* (Film na pierwsze spotkanie z rodzicami i dyrekcją), czas: 8 min.
2. *Po co lekcje z wychowania prorodzinnego i seksualnego?* (Film na pierwszą lekcję w gimnazjum lub w szkole ponadgimnazjalnej), czas: 5 min.
3. *Znam i akceptuję siebie* (Obiektywny obraz własnej osoby oraz akceptacja siebie podstawą do poczucia bezpieczeństwa i relacji z innymi ludźmi), czas: 4 min.
4. *Jak pokochać siebie?* (Miłość samego siebie „bramą” do miłości drugiego człowieka), czas: 4 min.
5. *Seksualność człowieka* (Trzy piętra seksualności. Odpowiedzialne przeżywanie własnej płciowości), czas: 5 min.
6. *Funkcje płciowości* (Cele współżycia seksualnego. Zintegrowana seksualność człowieka i więź osobowa), czas: 5 min.
7. *Czekać – nie czekać?, czyli o inicjacji seksualnej* (Przedwczesna inicjacja seksualna, dylematy, problemy, zagrożenia), czas: 9 min.

## Wędrując ku dorosłości

8. *Wczesna inicjacja seksualna a choroby przenoszone drogą płciową* (Zakażenia wirusem HPV przyczyną raka szyjki macicy, opryszczka narządów płciowych, zakażenia chlamydiami, nowe i groźne choroby wśród nastolatków), czas: 10 min.
9. *Aborcja* (Aborcja i jej wpływ na sferę fizyczną i psychiczną kobiety), czas: 9 min.
10. *Antykoncepcja* (Krótki przegląd popularnych środków antykoncepcyjnych: mechanicznych, chemicznych. Sterylizacja), czas: 7 min.
11. *Antykoncepcja hormonalna i pigułka „po”* (Mechanizm działania środków hormonalnych i antynidacyjnych: pigułka, plastry, wkładka domaciczna, pigułka „po”. Skuteczność, skutki uboczne), czas: 12 min.
12. *Ekologia i planowanie rodziny* (Rozumienie praw natury i poznanie swojego rytmu płodności – zadaniem każdej kobiety, również nastolatki), czas: 7 min.

**Seria 6 filmów *Mówię wam, nie warto*** do gimnazjum i szkół ponadgimnazjalnych. (Wydawnictwo Rubikon)

1. *Alkoholizm* (Refleksje nt. alkoholu Leszka Kuzaja, kierowcy rajdowego i Jacka Wójcickiego, krakowskiego muzyka, oraz poruszająca wypowiedź Janusza, byłego alkoholika), czas: 13 min.
2. *Nikotynizm* (Dlaczego nie warto palić – przekonuje Agnieszka Maciąg, aktorka i modelka; świadectwo Łukasza, nałogowego palacza), czas: 9 min.
3. *Narkomania* (Wypowiedzi muzyka Dariusza Malejonka, hokeisty Mariusza Czerkawskiego i aktora Mateusza Janickiego przekonują, że nie opłaca się uciekać od rzeczywistości i brać narkotyki), czas: 12 min.
4. *Przemoc* (Bokser Maciej Zegan i sportowiec Tomasz Drwal proponują wyładowanie energii na workach treningowych; świadectwo 23-letniego Bogusława – skazanego za bójki i rozboje), czas: 11 min.
5. *Prostytucja* (Modelka i aktorka Agnieszka Maciąg oraz modelka Anna Nocoń stwierdzają, że bardzo łatwo można znaleźć się na granicy prostytucji. Dramatyczna historia Justyny, galerianki, przekonuje, że trudno porzucić prostytucję), czas: 11 min.
6. *Seksoholizm* (Opowieść o dramatycznej historii uzależnionego od pornografii Łukasza i jego żony Julii), czas: 7 min.

**Seria 3 filmów *Zaplątani w Sieć. Internet – zagrożenia.*** (Wydawnictwo Rubikon)

1. *Happy slapping* (O rozpowszechnianiu kompromitujących filmów w Internecie), czas: 45 min.
2. *Cyberbulling* (Internet – miejscem przemocy psychicznej), czas: 45 min.
3. *Seksting* (Erotyka na fotografiach – internet i co dalej?), czas: 45 min.

**Seria 3 filmów *Alkohol - zagrożenia*** (Wydawnictwo Rubikon)

1. *Alkohol a ryzykowne zachowania młodych ludzi*, czas: 19 min.
2. *Wpływ alkoholu na organizm człowieka*, czas: 19 min.
3. *Uzależnienie od alkoholu*, czas: 24 min.

***Falszywa pomoc – narkotyki, dopalacze.*** Film oparty na prawdziwej historii dziewczyny, dla której dopalacz miał stanowić remedium na stres (Wydawnictwo Tutto Arts&Media), czas: 14 min. + komentarz eksperta

***Anoreksja i bulimia.*** Dwie części filmu: fabularyzowana i dokumentalna, (Wydawnictwo Rubikon), czas: 35 min.

***Homoseksualizm.*** Film edukacyjny z serii „Wojna światów” (Wydawnictwo WAM, studio INIGO), czas: 19 min.

***Cud miłości.*** Od poczęcia po narodziny (Wyd. Hagi Film), czas: 55 min.

***Aborcja.*** Film edukacyjny z serii „Wojna światów” (Wydawnictwo WAM, studio INIGO), czas: 16 min.

***3 LOVE,*** (Uniwersytet Śląski w Katowicach. Wydział Radia i Telewizji im. Krzysztofa Kieślowskiego, Dystrybucja: Wydawnictwo WAM – Studio Inigo), czas: 21 min.

***Telewizja. Miłość*** (Uniwersytet Śląski w Katowicach. Wydział Radia i Telewizji im. Krzysztofa Kieślowskiego, Dystrybucja: Wydawnictwo WAM – Studio Inigo), czas: 20 min.

***Żyję bez ryzyka AIDS*** (Fundacja Homo Homini), czas: 22 min.

***Lekcje przestrogi, I Pakiet edukacyjny*** (Dom Wydawniczy Rafael)

1. *TV Story*, czas: 30 min.
2. *Oni*, czas: 21 min.

# Wędrując ku dorosłości

3. *Obietnica*, czas: 30 min.
4. *W sidłach*, czas: 33 min.
5. *Życie pod murem*, czas: 28 min.

## **Lekcje przestrogi, II Pakiet edukacyjny** (Dom Wydawniczy Rafael)

1. *Nikotyna – legalny narkotyk*, czas: 8 min. film + komentarz, czas: 4 min.
2. *Piotrek*, czas: 13 min., film + komentarz, czas: 3 min.
3. *ADHD. Już z tobą nie wytrzymam*, czas: 10 min., film + komentarz 4 min.
4. *Przyjaciel*, czas: 9 min., film + komentarz 4 min.
5. *www.w sieci...*, czas: 12 min., film + komentarz 2 min.

## **Lekcje przestrogi, III Pakiet edukacyjny** (Dom Wydawniczy Rafael)

1. *Rodzice mnie nie rozumieją, czyli o konflikcie pokoleń i problemie relacji nastolatków z rodzicami*, czas: 23 min., film + komentarz 2 min.
2. *Dowód miłości* (Presja seksualna), czas: 21 min., film + komentarz 2 min.
3. *Dziecko* (Rodzicielstwo nastolatków), czas: 23 min., film + komentarz 2 min.
4. *Nóż* (Problem agresji wśród nastolatków), czas: 16 min., film + komentarz 2 min.
5. *Manipulacja* (Iluzja świata tworzonego przez media i celebrytów), czas: 24 min., film + komentarz 2 min.

### **Uwaga:**

**Wszystkie filmy można zamawiać w Wydawnictwie RUBIKON**

### **C. Prezentacja multimedialna**

1. Teresa Król, Maria Szczawińska, Elżbieta Wójcik, *Płodność człowieka. Podstawy biomedyczne* (Wydawnictwo Rubikon)

## **11. Objaśnienia skrótów**

### **Scenariusze zajęć**

Przy powoływaniu się na konkretny scenariusz zajęć podawano: w MATERIAŁACH I ŚRODKACH DYDAKTYCZNYCH – autora, tytuł scena-



riusza i tytuł pracy zbiorowej, z której pochodzi. Natomiast ten sam scenariusz w punkcie: PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW otrzymywał skrót: od imienia i nazwiska redaktorów pracy zbiorowej i stronę lub rozdział i podrozdział.

a) Pod red. Barbary Charczuk, *Wygrajmy młodość*. Scenariusze zajęć wychowawczych i prorodzinnych dla uczniów gimnazjum, Wydawnictwo Rubikon, Kraków 2008, np. skrót: **(B.Ch., s. 128)**.

b) Maria Kwiek, Iwona Nowak, *Dorastanie do miłości*. Scenariusze dla nauczycieli wychowania do życia w rodzinie, Wydawnictwo Rubikon, Kraków 2009, np. skrót: **(M.K., IV, 7)**.

## Ćwiczenia

Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy I gimnazjum*, praca zbiorowa pod red. Teresy Król, Wydawnictwo Rubikon, Kraków 2015, skrót: **Ćwiczenia I, 2015**

Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy II gimnazjum*, praca zbiorowa pod red. Marii Fortuny-Sudor i Teresy Król, Wydawnictwo Rubikon, Kraków 2012, skrót: **Ćwiczenia II, 2012**.

Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy III gimnazjum*, praca zbiorowa pod red. Marii Fortuny-Sudor i Teresy Król, Wydawnictwo Rubikon, Kraków 2012, skrót: **Ćwiczenia III, 2012**.

## Podręczniki

a) Nowa edycja

Podręcznik pod red. Teresy Król, *Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klas I–III gimnazjum*, Wydawnictwo Rubikon, Kraków 2015 (numer ewidencyjny w wykazie: **205/2011/z1/2015**), skrót: **Podręcznik Wędrując ku dorosłości, 2015**

b) Poprzednia edycja

Podręcznik pod red. Teresy Król, *Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klas I–III gimnazjum*, Wydawnictwo Rubikon, Kraków 2011 (numer ewidencyjny w wykazie: **2005/2011/z1**), skrót: **Podręcznik Wędrując ku dorosłości, 2011**

*Temat:*

## Lekcje „wychowania do życia w rodzinie” i moje potrzeby

### CELE OPERACYJNE

#### wiedza

**Uczeń pozna:**

- treści, które będą przedmiotem zajęć w klasie I,
- potrzeby człowieka.

#### umiejętności

**Uczeń potrafi:**

- zwerbalizować swoje oczekiwania wobec zajęć WDŻ,
- formułować reguły pracy na zajęciach WDŻ,
- wyróżnić potrzeby człowieka: elementarne, wyższe i najwyższe.

#### postawy

**Uczeń uświadomi sobie:**

- potrzebę przygotowania się do podjęcia w przyszłości ról małżeńskich i rodzinnych,
- różnorodność potrzeb człowieka; zadawanie sobie pytań egzystencjalnych.

### TREŚCI

1. Czas adolescencji – okresem burzliwych przemian i procesów zachodzących w organizmie młodego człowieka.
2. Celowość tych przemian w perspektywie życia człowieka dojrzałego, który w życiu dorosłym decyduje się najczęściej na założenie rodziny.
3. Przygotowanie się do podjęcia ważnych życiowych ról: męża, żony, ojca, matki. Udział rodziny i szkoły w tym przygotowaniu.
4. Zasady pracy na lekcjach WDŻ.
5. Lista potrzeb człowieka w układzie hierarchicznym: elementarne, wyższe i najwyższe.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. Poznajmy się:
  - a) autoprezentacja nauczyciela,
  - b) ćwiczenia integracyjne z: „*Wygrajmy młodość*”, s. 49-51.
2. Pogadanka:
  - a) Co to znaczy WDŹ?
  - b) Gdzie i w jaki sposób przygotowujemy się do pełnienia przyszłych ról małżeńskich i rodzinnych?
3. Cele wychowania do życia w rodzinie. Emisja filmu „Po co lekcje z wychowania prorodzinnego i seksualnego?” (czas: 5 min) z serii Ja-Ty-My
4. Rozmowa kierowana po filmie.
5. Jak będą realizowane zajęcia WDŹ?
  - a) celowość podziału niektórych zajęć na grupy jedнопłciowe,
  - b) proponowane sposoby gratyfikacji, np. za aktywność (mimo że przedmiot nie podlega ocenie),
  - c) sposoby prowadzenia notatek itp.
  - d) jakie zagadnienia będą realizowane w I klasie? (Ćwiczenia I, 2015, s. 6, ćw. 1).
6. Ustalenie zasad pracy na lekcjach WDŹ (Ćwiczenia I, 2015, s. 6).
7. Rozmowa kierowana nt. potrzeb człowieka; praca z podręcznikiem *Wędrując ku dorosłości* 2015, s. 26-28; Ćwiczenia I, 2015, s. 7-8.
8. Debata: „Życie to ustawicznie czegoś potrzebować” (Ćwiczenia I, 2015, s. 8, ćw. 3).

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Film „Po co lekcje z wychowania prorodzinnego i seksualnego?” z serii Ja-Ty-My.
2. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości dla uczniów klasy I*, Rubikon, Kraków 2015, s. 5-8.
3. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości dla uczniów klas I-III*, Rubikon, Kraków 2015, s. 26-28.

## Literatura:

1. Adamski F., *Rodzina. Wymiar społeczno-kulturowy*, Wyd. UJ, Kraków 2002.
2. Augustyn J., *Wychowanie seksualne w rodzinie i w szkole*, Wyd. WAM, Kraków 2014.
3. Braun-Gałkowska M., *Psychologia domowa*, Wyd. KUL, Lublin 2008.
4. *Jak żyć z ludźmi? Ćwiczenia grupowe*. CMPP-Ped., Warszawa 2007.
5. Komorowska-Pudło M., *Wychowanie seksualne. Poradnik metodyczny nr 1*, CP-P, Szczecin 1997.
6. Komorowska-Pudło M., *Wychowanie seksualne w rodzinie. Poradnik metodyczny nr 3*, Ośrodek Działań Prorodzinnych, Szczecin 2000.
7. Komorowska-Pudło M., *Od poczęcia do dojrzewania. Poradnik metodyczny nr 4*, Ośrodek Działań Prorodzinnych, Szczecin 2001.
8. Kowalczyk G., *Wychowanie w rodzinie. Poradnik metodyczny nr 2*, Ośrodek Działań Prorodzinnych, Szczecin 2000.
9. Łaguna M., *Szkolenia. Jak je prowadzić*, GWO, Gdańsk 2004.
10. Ostrowska K. (red.), *Wychowanie do życia w rodzinie. Słownik pojęć*. Rubikon, Kraków 2007.
11. Sujak E., *ABC psychologii komunikacji*, WAM, Kraków 2007.

**Temat:**

## Historia rozwoju człowieka

### CELE OPERACYJNE

#### wiedza

##### Uczeń pozna:

- odpowiedzi na pytanie „Kim jest człowiek?”
- fazy rozwoju człowieka.

#### umiejętności

##### Uczeń potrafi:

- podać cechy odróżniające osobę ludzką od zwierząt,
- przypisać charakterystyczne zmiany rozwojowe do określonych okresów życia człowieka.

#### postawy

##### Uczeń uświadomi sobie:

- istnienie charakterystycznych cech dla osoby ludzkiej,
- ciągłość zmian i rozwoju człowieka od poczęcia do późnej starości.

### TREŚCI

1. Osoba ludzka, jej godność i inne charakterystyczne cechy odróżniające człowieka od zwierząt.
2. Rozwój człowieka od okresu prenatalnego do późnej starości.

### PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. Rozmowa kierowana nt. charakterystycznych cech, które posiada człowiek (Ćwiczenia I, 2015, s. 9).
2. Kim jest człowiek? (Ćwiczenia I, 2015, s. 10, ćw. 1).
3. Praca z tekstem dot. rozwoju człowieka: Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 165-168, s. 12-22 oraz Ćwiczenia I, 2015, s. 10.
4. Praca indywidualna; Ćwiczenia „Historia mojego życia” (Ćwiczenia I, 2015, s. 11-12, ćw. 2 i ćw. 3).

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Ćwiczenia I, 2015, s. 9-13.
2. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 165-168, s. 12-17, s. 21-22.

### Literatura:

1. Berne E., *W co grają ludzie. Psychologia stosunków międzyludzkich*, PWN, Warszawa 2004.
2. Braun-Gałkowska M., *Psychologia domowa*, Wyd. KUL, Lublin 2008.
3. Braun-Gałkowska M., *W tę samą stronę*, Wyd. Krupski i S-ka, Warszawa 1994.
4. Gordon T., *Wychowanie bez porażek*, PAX, Warszawa 1995.
5. Satir V., *Rodzina. Tu powstaje człowiek*. GWP, Gdańsk 2002.
6. Skynner R, Cleese J., *Życ w rodzinie i przetrwać*, Wyd. Jacek Santorski, Warszawa 2005.
7. Sujak E., *Kontakt psychiczny w małżeństwie i rodzinie*, Rubikon, Kraków 2007.
8. Sujak E., *Psychologia komunikacji*, WAM, Kraków 2006.

*Temat:*

## Dojrzały człowiek – to znaczy...

### CELE OPERACYJNE

#### wiedza

##### Uczeń pozna:

- płaszczyzny funkcjonowania człowieka i bogactwo jego osobowości,
- istotę przemian zachodzących w tych płaszczyznach w okresie dojrzewania.

#### umiejętności

##### Uczeń potrafi:

- opisać złożoność procesu dojrzewania i trudności związane z rozwojem poszczególnych płaszczyzn osobowości.

#### postawy

##### Uczeń uświadomi:

- pragnienie dążenia do rozwoju w płaszczyznach, w których możemy siebie doskonalić.

### TREŚCI

1. Złożoność człowieka: zmysły, uczucia, intelekt, wola i duchowość.
2. Kryteria dojrzałości biologicznej (fizycznej), psychicznej, intelektualnej, moralnej, duchowej, społecznej i prawnej.
3. Samowychowanie jako niezbędny element osiągania dojrzałości w powyższych płaszczyznach.

### PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. Metoda sytuacyjna: opowieść A. Grzymały-Siedleckiego (M.K., I, 1).
2. Wykład prowadzącego: płaszczyzny człowieczeństwa.
3. Pogadanka: Wybór między dobrem a złem, czyli o trudzie człowieczeństwa.

4. Praca z podręcznikiem w 6 grupach (Ćwiczenia I, 2015, s. 15, ćw. 2).
5. „Burza mózgów”: *Samowychowanie – to znaczy...* (Ćwiczenia I, 2015, s. 16, ćw. 3).
6. Praca indywidualna (Ćwiczenia I, 2015, s. 15-17, ćw. 1 i 4).

## **MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE**

1. Scenariusze zajęć:
  - Maria Kwiek, Iwona Nowak, „Kim jestem?” (I, 1), w: *Dorastanie do miłości*, s. 9-12.
  - Barbara Charczuk, Arleta Suchodolska, „Osiągnięcie dojrzałości”, w: *Wygrajmy młodość*, s. 166-167.
2. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 18-20.
3. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości I*, 2015, s. 14-17.

## **Literatura:**

1. Obuchowska I., *Drogi dorastania. Psychologia rozwoju okresu dorastania dla rodziców i wychowawców*, WSiP, Warszawa 1996.
2. Turner J.S., Helms D.B., *Rozwój człowieka*, WSiP, Warszawa 1999.



*Temat:*

## **Emocje i uczucia – czy są potrzebne?**

### **CELE EDUKACYJNE**

#### **wiedza**

**Uczeń pozna:**

- rolę emocji i uczuć w życiu człowieka,
- rodzaje uczuć.

#### **umiejętności**

**Uczeń potrafi:**

- nazywać swoje uczucia oraz wypowiadać je poprzez komunikat „JA”,
- hierarchicznie usystematyzować swoje uczucia,
- rozpoznawać uczucia w przekazie werbalnym i mowy ciała.

#### **postawy**

**Uczeń:**

- uświadomi sobie potrzebę wyrażania uczuć oraz formowania postawy otwartości i zaufania do osób najbliższych.

### **TREŚCI**

1. Czym są emocje i uczucia?
2. Rozróżnienie rodzajów uczuć swoich i innych ludzi.
3. Obawy i lęki, które utrudniają działanie i burzą poczucie bezpieczeństwa.
4. Możliwości porządkowania oraz opanowania impulsywności, emocji i uczuć.
5. Dlaczego emocje i uczucia są potrzebne?

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. Wykład lub pogadanka nt. emocji i uczuć w życiu człowieka.
2. Pogadanka nt. uczuć: Czego ludzie boją się najczęściej, co ich niepokoi? (M.K., I, 3).
3. Miniwykład nt. skutków długotrwałych lęków dla psychiki człowieka.
4. Ankieta: „Czego boję się najbardziej?”
5. Ćwiczenie: Uczucia przyjemne i przykre (M.K., II, 5).
6. Ranking najczęściej przeżywanych uczuć.
7. Rozpoznawanie uczuć (Ćwiczenia I, 2015, s. 19, ćw. 1).
8. „Burza mózgów”: Jak porządkować, opanowywać oraz zmniejszać impulsywność emocji? (Ćwiczenia I, 2015, s. 21, ćw. 3).

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Scenariusze zajęć:  
Maria Kwiek, Iwona Nowak, „Czego się boję, o co się niepokoję” (I, 3);  
„Odczytuję uczucia swoje i innych” (II, 5), w: M. Kwiek, I. Nowak, *Dorastanie do miłości*.
2. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 28-30.
3. Ćwiczenia I, 2015, s. 18-21.

## Literatura:

1. Braun-Gałkowska M., *Psychologia domowa*, Wyd. KUL, Lublin 2008.
2. Braun-Gałkowska M., *W tę samą stronę*, Wyd. Krupski i S-ka, Warszawa 1994.
3. Satir V., *Rodzina. Tu powstaje człowiek*, GWP, Gdańsk 2002.
4. Sujak E., *Kontakt psychiczny w małżeństwie i rodzinie*, Rubikon, Kraków 2007.
5. Sujak E., *Psychologia komunikacji*, WAM, Kraków 2006.
6. Szewczyk W. (red.), *Świat ludzkich uczuć*, Biblios, Tarnów 1997.

*Temat:*

## **Jak skutecznie się porozumiewać i rozwiązywać konflikty?**

### **CELE OPERACYJNE**

#### **wiedza**

##### **Uczeń pozna:**

- zasady otwartego i jednoznacznego komunikowania się,
- najważniejsze czynniki kontaktu międzyludzkiego,
- sposoby łagodzenia i rozwiązywania konfliktów.

#### **umiejętności**

##### **Uczeń potrafi:**

- podjąć działania usprawniające komunikację interpersonalną,
- stosować zasady aktywnego słuchania, rozwiązywać konflikty, korzystając ze wskazówek T. Gordona.

#### **postawy**

##### **Uczeń uświadomi sobie:**

- istnienie bogactwa odniesień (zarówno pozytywnych jak i negatywnych) wobec najbliższych,
- potrzebę pielęgnacji więzi rodzinnych,
- wagę budowania bliskich relacji międzyludzkich i rozwiązywania konfliktów.

### **TREŚCI**

1. Dom rodzinny szkołą komunikacji interpersonalnej:
  - a) odpowiedzialność za słowa oraz konstruktywna współpraca,
  - b) rola gestów i tonu wypowiedzi,
  - c) rola czasu poświęconego na rozmowę.
2. Zasady dobrej komunikacji w rodzinie i umiejętność rozwiązywania problemów i konfliktów.
3. Dwa przeciwstawne komunikaty – JA i TY.

4. Miłość rodziców, troska o dzieci i życiowe doświadczenie dorosłych – to wartości, które warto wziąć pod uwagę.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. Scenki dramowe (B.Ch., s. 35 lub Ćwiczenia I, 2015, s. 26, ćw. 4).
2. „Burza mózgów”: Co to znaczy skutecznie się porozumiewać?
3. Praca indywidualna z podręcznikiem *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 31-33.
4. Bliskość uczuciowa w rodzinie (Ćwiczenia I, 2015, s. 23, ćw. 1).
5. Metoda sytuacyjna i debata (B.Ch., s. 36).
6. „Burza mózgów”: Sposoby rozwiązywania konfliktów (Ćwiczenia I, 2015, s. 25, ćw. 2).

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Scenariusz zajęć:  
Beata Zawada: „Czy potrafię porozumiewać się ze swoimi rodzicami?”,  
w: *Wygrajmy młodość*, s. 35-37.
2. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 29-30 oraz s. 31-33.
3. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości I*, 2015, s. 22-26.

## Literatura:

1. Berne E., *W co grają ludzie. Psychologia stosunków międzyludzkich*, PWN, Warszawa 2004.
2. Braun-Gałkowska M., *Psychologia domowa*, Wyd. KUL, Lublin 2008.
3. Braun-Gałkowska M., *W tę samą stronę*, Wyd. Krupski i S-ka, Warszawa 1994.
4. Gordon T., *Wychowanie bez porażek*, PAX, Warszawa 1995.
5. McDowell J., *Jak postępować ze starymi*, Vocatio, Warszawa 1994.
6. Satir V., *Rodzina. Tu powstaje człowiek*, GWP, Gdańsk 2002.
7. Skynner R., Cleese J., *Życie w rodzinie i przetrwać*, Wyd. Jacek Santorski, Warszawa 2005.
8. Sujak E., *Kontakt psychiczny w małżeństwie i rodzinie*, Rubikon, Kraków 2007.
9. Sujak E., *Psychologia komunikacji*, WAM, Kraków 2006.

*Temat:*

## Rodzina niepełna. Poradnictwo młodzieżowe i rodzinne.

### CELE OPERACYJNE

#### wiedza

**Uczeń pozna:**

- sytuacje, w których rodzina staje się niepełna,
- sposoby wypracowania „czynników ochronnych”, gdy młody człowiek odczuwa dyskomfort lub cierpi w rodzinie niepełnej,
- placówki, organizacje i stowarzyszenia, których celem jest pomoc psychologiczna młodzieży.

#### umiejętności

**Uczeń potrafi:**

- wzmacniać siebie i więź rodzinną, mimo iż żyje w rodzinie niepełnej,
- odnaleźć adresy, telefony, strony www i zwrócić się o ewentualną pomoc.

#### postawy

**Uczeń uświadomi sobie:**

- potrzebę pracy nad sobą, aby radzić ze stresem i wzmocnić samoświadomość,
- konieczność zwrócenia się do specjalistów w sytuacjach trudnych.

### TREŚCI

1. Powody powstawania rodzin niepełnych.
2. Problem emigracji zarobkowej i eurosieroctwa.
3. Sytuacja dzieci, które nie mają wpływu na decyzje rodziców.
4. Budowanie „czynników ochronnych”, gdy rodzina jest niepełna.
5. Możliwości pomocy w sytuacjach trudnych i informacje o sposobach dotarcia do odpowiednich placówek i specjalistów.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. „Burza mózgów” lub pogadanka nt. przyczyn powstawania rodzin niepełnych.
2. Praca w grupach: „Katalog granic” (Ćwiczenia I, 2015, s. 28, ćw. 1).
3. Mapa myślowa: „Reżyseruję własny rozwój” (Ćwiczenia I, 2015, s. 28, ćw. 2).
4. Praca z podręcznikiem: „Etapy porady”, *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 244-245.
5. Ćwiczenie: odszukanie „pomocowych” adresów w podręczniku (s. 245-248), Internecie lub prasie.

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Komputer z dostępem do Internetu.
2. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 34-36 oraz 245-248.
3. Ćwiczenia I, 2015, s. 27-31.
4. Mazaki, arkusze szarego papieru (po 2 dla każdej grupy).

## Literatura:

1. Gaś B.Z., *Pomoc psychologiczna młodzieży*, WSiP, Warszawa 1995.
2. Jaede W., *Jak uchronić dziecko przed skutkami rozvodu rodziców*, WAM, Kraków 2007.
3. Sujak E., *Poradnictwo małżeńskie i rodzinne*, Księgarnia Św. Jacka, Katowice 1995.
4. Szewczyk W. (red.), *Jak sobie z tym poradzić*, Biblios, Tarnów 1994.

**Temat:**

## **Co się ze mną dzieje? – czyli o dojrzewaniu**

### **CELE OPERACYJNE**

#### **wiedza**

**Uczennica pozna:**

- hormonalną regulację procesów rozrodczych kobiety i mężczyzny,
- charakterystyczne zmiany zachodzące w ciele dziewczyny w okresie adolescencji.

#### **umiejętności**

**Uczennica potrafi:**

- dbać o właściwą higienę i zdrowie w okresie dojrzewania.

#### **postawy**

**Uczennica:**

- uświadomi sobie celowość zmian zachodzących w jej ciele,
- zaakceptuje je w perspektywie przyszłego macierzyństwa,
- zrozumie, że każdy organizm ma swój „program” dojrzewania.

### **TREŚCI**

1. Hormonalna regulacja procesów rozrodczych.
2. Charakterystyczne zmiany zachodzące w organizmie dziewczyny w okresie pokwitania.
3. Krótka prezentacja zmian zachodzących w organizmie dojrzewającego chłopca.

### **PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW**

1. Pogadanka wprowadzająca nt. okresu pokwitania.
2. Wykład nauczyciela nt. dojrzewania dziewcząt zobrazowany wybranymi planszami z prezentacji multimedialnej „Płodność człowieka”.
3. Pogadanka: zasady higieny i zdrowego żywienia w okresie adolescencji.

4. Ćwiczenie: Test „+”, „-” (Ćwiczenia I, 2015, s. 34, ćw. 1).
5. Pytania i wątpliwości. Poradnictwo młodzieżowe i rodzinne.

## **MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE**

1. T. Król, M. Szczawińska, E. Wójcik, „Płodność człowieka. Podstawy biomedyczne”. Prezentacja multimedialna, Rubikon.
2. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 58-62 oraz s. 245-246.
4. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości I*, 2015, s. 32-34.

## **Literatura:**

1. Jaczewski A. (red.), *Biologiczne i medyczne podstawy rozwoju i wychowania*, WSiP, Warszawa 1998 .
2. Komorowska-Pudło M., *Od poczęcia do dojrzewania. Poradnik metodyczny nr 4*, Ośrodek Działań Prorodzinnych, Szczecin 2001.
3. Obuchowska I., *Drogi dorastania. Psychologia rozwojowa okresu dorastania dla rodziców i wychowawców*, WSiP, Warszawa 1999.
4. Turner J.S., Helms D.B., *Rozwój człowieka*, WSiP, Warszawa 1999.



*Temat:*

## **Co się ze mną dzieje? – czyli o dojrzewaniu**

### **CELE OPERACYJNE**

#### **wiedza**

**Uczeń pozna:**

- hormonalną regulację procesów rozrodczych mężczyzny i kobiety,
- charakterystyczne zmiany zachodzące w ciele chłopca w okresie adolescencji.

#### **umiejętności**

**Uczeń potrafi:**

- dbać o właściwą higienę i zdrowie w okresie dojrzewania.

#### **postawy**

**Uczeń:**

- uświadomi sobie celowość zmian zachodzących w jego organizmie,
- zaakceptuje je w perspektywie przyszłego ojcostwa,
- zrozumie, że każdy organizm ma swój „program” dojrzewania.

### **TREŚCI**

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.

### **PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW**

1. Pogadanka wprowadzająca nt. okresu pokwitania.
2. Wykład nauczyciela nt. przeobrażeń zachodzących w organizmie

chłopca w okresie adolescencji, zobrazowany prezentacją multimedialną „Płodność człowieka”.

3. Pogadanka: zasady higieny i zdrowego żywienia w okresie dojrzewania.
4. Ćwiczenie: Test „+”, „-” (Ćwiczenia I, 2015, s. 37, ćw. 1).
5. Pytania i wątpliwości. Poradnictwo młodzieżowe i rodzinne.

## **MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE**

1. T. Król, M. Szczawińska, E. Wójcik, „Płodność człowieka. Podstawy biomedyczne”. Prezentacja multimedialna, Rubikon.
2. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 58-59; 64-67.
3. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości I*, 2015, s. 35-37.

## **Literatura:**

1. Jaczewski A. (red.), *Biologiczne i medyczne podstawy rozwoju i wychowania*, WSiP, Warszawa 1998 .
2. Komorowska-Pudło M., *Od poczęcia do dojrzewania. Poradnik metodyczny nr 4*, Ośrodek Działań Prorodzinnych, Szczecin 2001.
3. Obuchowska I., *Drogi dorastania. Psychologia rozwojowa okresu dorastania dla rodziców i wychowawców*, WSiP, Warszawa 1999.
4. Turner J.S., Helms D.B., *Rozwój człowieka*, WSiP, Warszawa 1999.

*Temat:*

## **Z tym sobie poradzę**

### **CELE OPERACYJNE**

#### **wiedza**

**Uczennica pozna:**

- typowe problemy i trudności występujące u dziewcząt w okresie dojrzewania,
- zagrożenia, wynikające z jej nieświadomości, np. dotyczące profilaktyki nowotworowej piersi,
- niezbędne adresy, w tym internetowe oraz telefony w celu uzyskania porady i ewentualnej pomocy specjalistów.

#### **umiejętności**

**Uczennica potrafi:**

- znaleźć sposoby radzenia sobie z trudnościami występującymi w okresie adolescencji,
- rozpoznać sytuacje wymagające porady lekarza lub innych specjalistów.

#### **postawy**

**Uczennica uświadomi sobie, że:**

- w sytuacji napotkanych trudności powinna zaufać rodzicom lub innym osobom i zwrócić się do nich z prośbą o pomoc,
- istnieją również instytucje, organizacje i stowarzyszenia, których zadaniem jest dawanie wsparcia i pomocy nastolatkom i ich rodzicom.

### **TREŚCI**

1. Typowe problemy dziewcząt w okresie adolescencji: większa podatliwość, nieregularność cykli miesięczkowych, zespół napięcia przedmiesiączkowego, bóle miesięczkowe, labilność emocjonalna,

kłopoty z akceptacją swojego wyglądu, anoreksja i bulimia, bezkrytyczne uleganie modzie.

2. Poszukiwanie możliwych rozwiązań i dróg wyjścia z trudnych sytuacji.
3. Poradnie, telefony zaufania, stowarzyszenia i organizacje, w których nastolatka może otrzymać poradę i pomoc.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. Pogadanka wprowadzająca lub metoda sytuacyjna, np. odczytanie listu nastolatki zgłaszającej typowe problemy.
2. Rozmowa kierowana lub wykład nt. problemów dziewcząt związanych z rozwojem fizycznym i psychicznym.
3. Emisja filmu „Anoreksja i bulimia”, czas: 35 min.
4. Rozmowa po filmie nt. przyczyn powstawania zaburzeń w jedzeniu i leczenia.
5. Praca w grupach: „Pomoc zmartwionym koleżankom” (Ćwiczenia I, 2015, s. 42-43, ćw. 1).
6. Sporządzenie listy podmiotów oferujących młodzieży pomoc, m.in. na podstawie podręcznika *Wędrując ku dorosłości*.

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Film „Anoreksja i bulimia”, Wyd. Rubikon
2. Ćwiczenia I, 2015, s. 38-43.
3. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości* 2015, s. 62-63; s. 69-72; 74-76; 248
5. Scenariusz zajęć: Maria Kwiek, Iwona Nowak, „Gdy przeżywam trudności...”, w: *Dorastanie do miłości* (I, 7).

## Literatura:

1. Komorowska-Pudło M., *Od poczęcia do dojrzewania. Poradnik metodyczny nr 4*, Ośrodek Działań Prorodzinnych, Szczecin 2001.
2. Obuchowska I., *Drogi dorastania. Psychologia rozwojowa okresu dorastania dla rodziców i wychowawców*, WSiP, Warszawa 1999.
3. Pipher M., *Ocalić Ofelię. Jak chronić osobowość dojrzewających dziewcząt*, Media Rodzina, Poznań 1998.
4. Lopez L.I., *Twój nastolatek. Zdrowie i dobre samopoczucie*, Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2004.

**Temat:**

## **Z tym sobie poradzę**

### **CELE OPERACYJNE**

#### **wiedza**

##### **Uczeń pozna:**

- trudności i problemy występujące u chłopców w okresie dojrzewania,
- sytuacje wymagające pomocy specjalistów, np. wątpliwości związane z rakiem jąder,
- adresy, w tym internetowe oraz telefony w celu uzyskania porady lub pomocy.

#### **umiejętności**

##### **Uczeń potrafi:**

- znaleźć sposoby radzenia sobie z trudnościami typowymi dla okresu dojrzewania,
- pozbyć się obaw odnośnie prawidłowości funkcjonowania jego organizmu,
- rozeznąć sytuacje wymagające porady lekarza lub innych specjalistów.

#### **postawy**

##### **Uczeń uświadomi sobie:**

- potrzebę wypracowania wolności „od czegoś” i wolności „do czegoś”,
- czym jest odpowiedzialność za siebie (swoją seksualność) i za dziewczynę.

### **TREŚCI**

1. Typowe problemy chłopców w okresie adolescencji: większa potliwość, pryszcze, ginekomastia, napięcie seksualne, mimowolne erek-

cje, masturbacja, frustracje i agresja, konflikt pokoleń, brak uznania dla autorytetów, fałszywie pojęta wolność.

2. Poszukiwanie możliwych rozwiązań i dróg wyjścia z trudnych sytuacji.
3. Szukanie pomocy: telefony zaufania, poradnie dla młodzieży, stowarzyszenia i organizacje.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. Wprowadzenie: pogadanka lub miniwykład nauczyciela.
2. Rozmowa kierowana lub wykład nt. problemów chłopców związanych z rozwojem fizycznym i psychicznym.
3. Praca w grupach: „Pomoc zmartwionym kolegom” (Ćwiczenia I, 2015, s. 47, ćw. 1).

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 65-68; 70; 73-76; 248
2. Ćwiczenia I, 2015, s. 44-47.
3. Scenariusz zajęć: Maria Kwiek, Iwona Nowak, „Gdy przeżywam trudności...”, w: *Dorastanie do miłości* (I, 7)

## Literatura:

1. Komorowska-Pudło M., *Od poczęcia do dojrzewania. Poradnik metodyczny nr 4*, Ośrodek Działań Prorodzinnych, Szczecin 2001.
2. Obuchowska I., *Drogi dorastania. Psychologia rozwojowa okresu dorastania dla rodziców i wychowawców*, WSiP, Warszawa 1999.
3. Lopez L.I., *Twój nastolatek. Zdrowie i dobre samopoczucie*, Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa 2004.

*Temat:*

## **Rozwój psychoseksualny człowieka**

### **CELE OPERACYJNE**

#### **wiedza**

**Uczennica pozna:**

- biologiczną determinację płci, klasyfikację płci w wymiarze biologicznym i psychospołecznym,
- funkcje płciowości,
- znaczenie okresu dzieciństwa i miłości rodzicielskiej dla identyfikacji z własną płcią.

#### **umiejętności**

**Uczennica potrafi:**

- określić, czym jest dla niej kobiecość,
- utożsamić się z własną płcią,
- uzewnętrzniać uczucia i je odbierać.

#### **postawy**

**Uczennica uświadomi:**

- potrzebę akceptacji własnej płciowości,
- znaczenie więzi emocjonalnych: przyjaźni i miłości.

### **TREŚCI**

1. Biologiczna determinacja płci i klasyfikacja na płęć: chromosomalną, hormonalną, genitalną, gonadalną, fenotypową, psychiczną i społeczną.
2. Funkcje płciowości: podmiotowa, więziotwórcza, znaczeniowa i prokreacyjna.
3. Rozwój psychoseksualny dziewcząt i chłopców.
4. Ojciec i matka jako wzorce męskości i kobiecości dla swoich dzieci.
5. Wpływ środowiska rodzinnego na umiejętność komunikowania uczuć.
6. Znaczenie wychowania seksualnego w rodzinie.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. Pogadanka wprowadzająca lub metoda sytuacyjna.
2. Wykład interaktywny nauczyciela z użyciem foliogramów.
3. Praca z podręcznikiem *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 118-122 lub z materiałem w Ćwiczeniach I, 2015, s. 48-49.
4. Praca indywidualna. Ćwiczenie: „Cechy fizyczne i psychiczne kobiety i mężczyzny” (Ćwiczenia I, 2015, s. 50-51, ćw. 1).
5. Zdania niedokończone (Ćwiczenia I, 2015, s. 52, ćw. 2).

## MATERIAŁY I POMOCE DYDAKTYCZNE

1. Scenariusz zajęć: Barbara Charczuk „Zrozumieć ludzką płciowość”, w: *Wygrajmy młodość*, s. 181-183.
2. Materiał na foliogramy: „Wymiary płci”, „Funkcje płciowości”, w: *Wygrajmy młodość*, s. 182-185.
3. Scenariusz zajęć: Maria Kwiek, Iwona Nowak, „Moja płeć – to cenny dar”, w: *Dorastanie do miłości* (III, 1)
4. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 118-122.
5. Ćwiczenia I, 2015, s. 48-51.

## Literatura:

1. Augustyn J., *Integracja seksualna*, WAM, Kraków 2009.
2. *Słownik pojęć. Wychowanie do życia w rodzinie*, pod red. K. Ostrowskiej, Rubikon, Kraków 2007.
3. Starowicz Z., Długołęcka A., *Edukacja seksualna*, Świat Książki, Warszawa 2006.
4. Turner J.S., Helms D.B., *Rozwój człowieka*, WSiP, Warszawa 1999.



*Temat:*

## **Rozwój psychoseksualny człowieka**

### **CELE OPERACYJNE**

#### **wiedza**

##### **Uczeń pozna:**

- biologiczną determinację płci i klasyfikację płci w wymiarze biologicznym i społecznym,
- funkcje płciowości,
- znaczenie okresu dzieciństwa i miłości rodzicielskiej dla identyfikacji z własną płcią.

#### **umiejętności**

##### **Uczeń potrafi:**

- określić kryteria i rolę męskości,
- utożsamić się z własną płcią,
- uzewnętrznić uczucia i je odbierać.

#### **postawy**

##### **Uczeń uświadomi sobie:**

- potrzebę akceptacji własnej płciowości,
- znaczenie więzi emocjonalnych: przyjaźni i miłości.

### **TREŚCI**

1. Biologiczna determinacja płci i klasyfikacja na płęć: chromosomalną, hormonalną, genitalną, gonadalną, fenotypową, psychiczną i społeczną.
2. Funkcje płciowości: podmiotowa, więziotwórcza, znaczeniowa i prokreacyjna.
3. Rozwój psychoseksualny chłopców i dziewcząt.
4. Ojciec i matka jako wzorce męskości i kobiecości dla swoich dzieci.
5. Wpływ środowiska rodzinnego na umiejętność komunikowania uczuć.
6. Znaczenie wychowania seksualnego w rodzinie.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. Pogadanka wprowadzająca lub metoda sytuacyjna.
2. Wykład interaktywny nauczyciela z użyciem foliogramów.
3. Praca z podręcznikiem *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 118-122 lub z materiałem w Ćwiczeniach I, 2015, s. 48-49.
4. Praca indywidualna. Ćwiczenie: „Cechy fizyczne i psychiczne kobiety i mężczyzny” (Ćwiczenia I, 2015, s. 50-51, ćw. 1).
5. Zdania niedokończone (Ćwiczenia I, 2015, s. 52, ćw. 2).

## MATERIAŁY I POMOCE DYDAKTYCZNE

1. Scenariusz zajęć: Barbara Charczuk „Zrozumieć ludzką płciowość”, w: *Wygrajmy młodość*, s. 181-183.
2. Materiał na foliogramy: „Wymiary płci”, „Funkcje płciowości”, w: *Wygrajmy młodość*, s. 182-185.
3. Scenariusz zajęć: Maria Kwiek, Iwona Nowak, „Moja płeć – to cenny dar”, w: *Dorastanie do miłości* (III, 1)
4. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 118-122.
5. Ćwiczenia I, 2015, s. 48-51.

## Literatura:

1. Augustyn J., *Integracja seksualna*, WAM, Kraków 2009.
2. *Popularny Słownik Wychowania Prorodzinnego i Seksualnego*, Agencja Promo-Lider, Warszawa 1996.
3. Starowicz Z., Długołęcka A., *Edukacja seksualna*, Świat Książki, Warszawa 2006.
4. Turner J.S., Helms D.B., *Rozwój człowieka*, WSiP, Warszawa 1999.

*Temat:*

## **Pierwsza miłość**

### **CELE OPERACYJNE**

#### **wiedza**

**Uczeń dowie się, że:**

- miłość platoniczna przeżywana w wieku -nastu lat to fascynacja drugą osobą bez pierwiastków zmysłowych,
- oczekiwania chłopców i dziewcząt w młodzieńczych związkach mogą być różne,
- zauroczenie jest uczuciem, które jest zazwyczaj nietrwałe, przemijające,
- zakochanie to tylko wstęp do rozwijającej się miłości,
- początkiem miłości bywa przyjaźń.

#### **umiejętności**

**Uczeń potrafi:**

- określić emocje związane z zakochaniem,
- odróżnić pożądanie od miłości.

#### **postawy**

**Uczeń uświadomi sobie, że:**

- miłość „niejedno ma imię”, i że jest to przede wszystkim postawa wobec drugiego człowieka,
- potrzebne jest osobiste zaangażowanie w procesie dorastania do miłości.

### **TREŚCI**

1. Próba zdefiniowania miłości, jej istoty i odmian.
2. Zakochanie a miłość.
3. Od przyjaźni do miłości.
4. Różnice w przeżywaniu miłości między chłopcem a dziewczyną.
5. Miłość platoniczna.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW (do wyboru)

1. Praca indywidualna: Ćwiczenia I, 2015, s. 53-54, tekst wprowadzający oraz ćwiczenie 1.
2. Debata w grupach: „Dwie historie” (Ćwiczenia I, 2015, s. 54-55, ćw. 2).
3. Pogadanka – próba zdefiniowania miłości.
4. Krótki wykład nt. miłości młodzieńczej: miłość platoniczna, zauroczenie, zakochanie.
5. Pogadanka: od przyjaźni do miłości – czy to możliwe?
6. Ćwiczenie „Zakochany człowiek” (B.Ch., s.120), czyli o różnicach w przeżywaniu miłości między chłopcem a dziewczyną.
7. Krótki wykład nt. „Chcę kochać odpowiedzialnie” (M.K., IV 1).
8. Praca w grupach: „Sztafeta zakochanych – dla dziewcząt” (B.Ch., s. 122).
9. Czy to miłość, czy to tylko zakochanie? – test (Ćwiczenia I, 2015, s. 56-57, ćw. 3).

## MATERIAŁY I POMOCE DYDAKTYCZNE

1. Scenariusze zajęć:
  - Jolanta Cholewa, „Przez różowe okulary – czyli o zakochaniu”, w: *Wygrajmy młodość*, s. 120-122,
  - Maria Kwiek, Iwona Nowak, „Chcę kochać odpowiedzialnie”, w: *Dorastanie do miłości*, (IV 1).
2. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości I*, 2015, s. 53-57.
3. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 96-102.

## Literatura:

1. McDowell J., *Listy do Taty. O seksie i miłości*, Rubikon, Kraków 2010.
2. Joyeux H., *Szkoła życia i miłości*, Wyd. Gaudium, Lublin 2011.
3. Maliński M., *Zanim powiesz Kocham*, TUM, Wrocław 2003.
4. Pulikowski J., Urbaniakowie G i A., *Młodzi i miłość*, Bonami, Poznań 2010.
5. Wojciszke B., *Psychologia miłości*, GWP, Gdańsk 2014.

*Temat:*

## **Presja seksualna. Nie daj się!**

### **CELE OPERACYJNE**

#### **wiedza**

##### **Uczennica pozna:**

- funkcjonowanie kory mózgowej i ośrodków podkorowych w zakresie życia popędowego i emocjonalnego człowieka,
- przejawy ludzkiej płciowości: napięcie seksualne, podniecenie seksualne, działanie seksualne,
- odmienność trudności przeżywanych przez chłopca i dziewczynę w związku z dojrzewaniem płciowym,
- sytuacje, w których może dojść do presji seksualnej.

#### **umiejętności**

##### **Uczennica potrafi:**

- właściwie interpretować naciski i szantaże ze strony chłopca, który chce wyrzucić presję seksualną,
- powiedzieć „nie” w sytuacji próby wymuszenia współżycia seksualnego,
- rozpoznać zachowania ryzykowne.

#### **postawy**

##### **Uczennica uświadomi sobie, że:**

- płciowość nie może być niszczone, ponieważ ciało i płeć służą budowaniu miłości,
- niekontrolowane sytuacje mogą doprowadzić do presji seksualnej,
- należy zachować ostrożność w doborze kolegów i znajomych oraz unikać sytuacji, w których może dojść do wykorzystywania seksualnego (alkohol, narkotyki, pigułki gwałtu, itp.).

### **TREŚCI**

1. Funkcjonowanie mózgu w odniesieniu do procesów związanych z płciowością człowieka; rola kory mózgowej i ośrodków podkorowych.

2. Płciowość człowieka i jej przejawy: napięcie seksualne, podniecenie i działanie seksualne.
3. Trudności przeżywane w związku z dojrzewaniem płciowym (chłopiec: panowanie nad popędem seksualnym; dziewczyna: panowanie nad emocjami).
4. Sytuacje, w których może dojść do wymuszenia współżycia seksualnego.
5. Mylące sygnały, które dziewczęta świadomie bądź podświadomie wysyłają, a które chłopcy odbierają jako zachętę do współżycia seksualnego.
6. Moda na dyskotekowy seks i zachowania nałogowe.
7. Sposoby wywierania przez chłopca presji seksualnej; jak dziewczyna powinna się przeciwstawiać i obalać mity.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. Wykład nt. trudności przeżywanych w sferze płciowości chłopca i dziewczyny oraz funkcjonowania mózgu człowieka (kory mózgowej i ośrodków podkorowych); możliwość świadomego kierowania swoimi emocjami i popędem seksualnym.
2. Projekcja filmu „Dowód miłości” (presja seksualna) z serii: „Lekcje przestrogi III” (Wyd. Rafael), czas: 23 min.
3. Rozmowa kierowana po filmie.
4. Praca w grupach: „On chce dowodu miłości” (Ćwiczenia I, 2015, s. 59, ćw. 1).
5. Praca indywidualna: „Mówię NIE” (Ćwiczenia I, 2015, s. 60, ćw. 2).
6. „Burza mózgów”. Presja grupy: „Ty jeszcze tego nie robiłaś?” (Ćwiczenia I, 2015, s. 61, ćw. 3).

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Film „Dowód miłości” (presja seksualna) z serii „Lekcje przestrogi III”, Wyd. Rafael.
2. Scenariusze zajęć:
  - „Mam szansę nauczyć się panowania nad sobą” (III.2),
  - „Moja płęć podlega ważnym zasadom” (część konspektu dot. przejawów płciowości) (III.3),
  - „Uczę się panować nad swoimi emocjami – lekcja dla dziewcząt” (III.6),
  - „Co mam robić w sytuacji presji seksualnej?” (III.9),  
w: M. Kwiek, I. Nowak, *Dorastanie do miłości*.

3. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 219-221.
4. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości, I*, s. 58-61.

## **Literatura:**

1. Komorowska-Pudło M., *Od poczęcia do dojrzewania. Poradnik metodyczny nr 4*, Ośrodek działań prorodzinnych, Szczecin 2001.
2. Mufson S., Kranz R., *Gwałt na randce*, Elma Books, Warszawa 1996.
3. Ostrowska K. (red.), *Wychowanie do życia w rodzinie. Słownik pojęć*, Rubikon, Kraków 2007.
4. Starowicz Z., *Przemoc seksualna*, Wyd. Jacek Santorski, Warszawa 1992.

**Temat:**

## **NIE dla presji seksualnej**

### **CELE OPERACYJNE**

#### **wiedza**

##### **Uczeń pozna:**

- funkcjonowanie kory mózgowej i ośrodków podkorowych w zakresie życia popędogowego i emocjonalnego człowieka,
- przejawy ludzkiej płciowości: napięcie seksualne, podniecenie seksualne, działanie seksualne,
- odmienność trudności przeżywanych przez dziewczynę i chłopca w związku z dojrzewaniem płciowym.

#### **umiejętności**

##### **Uczeń potrafi:**

- rozwijać postawę akceptacji swojego ciała i szacunku wobec dziewczyny,
- wyjaśnić celowość różnic budowy anatomicznej kobiety i mężczyzny,
- zrezygnować z używek (alkohol, narkotyki) utrudniających samokontrolę i racjonalne podejmowanie decyzji.

#### **postawy**

##### **Uczeń uświadomi sobie, że:**

- płciowość nie może być egoistycznie wykorzystywana, ponieważ ciało i płeć służą budowaniu miłości,
- należy dążyć do wypracowania postawy abstynencji seksualnej, bo tylko wtedy nie wyrządzi krzywdy dziewczynie, sobie i ewentualnie dziecku.

### **TREŚCI**

1. Funkcjonowanie mózgu w odniesieniu do procesów związanych z płciowością człowieka; rola kory mózgowej i ośrodków podkorowych.



2. Płciowość człowieka i jej przejawy: napięcie seksualne, podniecenie i działanie seksualne.
3. Trudności przeżywane w związku z dojrzewaniem płciowym (chłopiec: panowanie nad popędem seksualnym; dziewczyna: panowanie nad emocjami).
4. Sytuacje, w których zdarzają się wymuszenia współżycia seksualnego.
5. Mylące sygnały od dziewcząt, które chłopcy błędnie odbierają jako zachętę do współżycia seksualnego.
6. Moda na dyskotekowy seks; presja grupy.
7. Świadoma praca nad sobą i właściwe odniesienie do dziewcząt – źródłem szacunku i odpowiedzialności w sferze płciowości.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. Wykład nt. trudności przeżywanych w sferze płciowości chłopca i dziewczyny oraz funkcjonowania mózgu człowieka (kory mózgowej i ośrodków podkorowych); możliwość świadomego kierowania swoimi emocjami i popędem seksualnym.
2. „Burza mózgów”: „Tzw. dowód miłości” (Ćwiczenia I, 2015, s. 62-63, ćw. 1).
3. Mapa mentalna: „Jestem odpowiedzialny za swój los, los dziewczyny i ewentualnie dziecka, czyli rzecz o potrójnej odpowiedzialności” (Ćwiczenia I, 2015, s. 63, ćw. 2).
4. Dyskusja. Presja grupy: „Ty jeszcze tego nie robiłeś” (Ćwiczenia I, 2015, s. 64, ćw. 3).

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Scenariusze zajęć:
  - „Mam szansę nauczyć się panowania nad sobą” (III. 2),
  - „Moja płęć podlega ważnym zasadom” (część dot. przejawów płciowości) (III. 3),
  - „Uczę się panować nad swoim ciałem – lekcja dla chłopców” (III. 5), w: Maria Kwiek, Iwona Nowak, *Dorastanie do miłości*.
2. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 219-221.
3. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości*, I, 2015, s. 62-64.

## Literatura:

1. Komorowska-Pudło M., *Od poczęcia do dojrzewania. Poradnik metodyczny nr 4*, Ośrodek działań prorodzinnych, Szczecin 2001.
2. Mufson S., Kranz R., *Gwałt na randce*, Elma Books, Warszawa 1996.
3. Ostrowska K. (red.), *Wychowanie do życia w rodzinie. Słownik pojęć*, Rubikon, Kraków 2007.
4. Starowicz Z., *Przemoc seksualna*, Wyd. Jacek Santorski, Warszawa 1992.

**Temat:**

## **Przedwczesna inicjacja seksualna**

### **CELE OPERACYJNE**

#### **wiedza**

**Uczennica pozna:**

- istotę aktu seksualnego, tego co wyraża i buduje,
- zasady związane z popędem płciowym (pierwszych połączeń),
- zagrożenia, które niesie młodemu człowiekowi przedwczesna inicjacja seksualna.

#### **umiejętności**

**Uczennica potrafi:**

- uświadomić sobie, na czym polega dojrzałość i gotowość do podjęcia współżycia seksualnego,
- powiedzieć „nie”, gdy chłopak będzie nalegał i nakłaniał do współżycia seksualnego.

#### **postawy**

**Uczennica uświadomi sobie, że:**

- lekkomyślnie podjęta decyzja o rozpoczęciu współżycia seksualnego może zaważyć na całym jej życiu,
- swoimi wyborami i postawą wzmocni zaufanie rodziców lub je straci,
- najważniejszym miejscem dla inicjacji seksualnej jest małżeństwo.

### **TREŚCI**

1. Współżycie seksualne jest dziedziną życia, która może przynieść najpiękniejsze przeżycia i dać poczucie szczęścia. Muszą być jednak spełnione niezbędne warunki: akt seksualny powinien wyrażać miłość, budować więź i trzeba wziąć pod uwagę fakt, że może być aktem dającym życie.

2. Sytuacja nastolatków, którzy nie są w stanie sprostać ww. warunkom.
3. Zagrożenia, które mogą towarzyszyć przedwczesnej inicjacji seksualnej.
  - utrwalenie się zbyt płytkiego przeżywania sfery seksualnej,
  - związki nastolatków są zazwyczaj nietrwałe, dlatego rozstania (kiedy nastąpiło współżycie) są bardzo bolesne i raniące, szczególnie dla dziewczyny,
  - chłopcom towarzyszy poczucie winy, że wyrządzili dziewczynie krzywdę,
  - nierzadko obojgu ciąży wyrzuty sumienia,
  - ryzyko wiąże się z niemożnością sprostania w tym wieku obowiązkom matki i ojca,
  - możliwość zakażenia się wirusem HIV i chorobami przenoszonymi drogą płciową.  
(Uwaga: żaden środek antykoncepcyjny nie chroni w 100% przed ciążą i chorobami przenoszonymi drogą płciową).
4. Tylko inicjacja seksualna w małżeństwie daje poczucie bezpieczeństwa i pełnego zaufania drugiej osobie.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. Krótka pogadanka wprowadzająca nt. zdarzających się ciąż wśród nastolatek.
2. Praca w grupach: Dlaczego przedwczesna inicjacja seksualna jest ryzykowna? Materiał (s. 65-67) oraz ćwiczenie (Ćwiczenia I, 2015, s. 66, ćw. 1).
3. Metoda sytuacyjna. „Opowieść nastoletniej matki” oraz ćwiczenie (Ćwiczenia I, 2015, s. 68-70, ćw. 2).
4. Rozmowa kierowana o sytuacji, kiedy „dzieci mają dzieci” (Ćwiczenia I, 2015, s. 70, ćw. 3)

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Scenariusz zajęć: M. Kwiek, I. Nowak, „Moja płeć podlega ważnym zasadom”, w: *Dorastanie do miłości* (III.3).
2. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości I*, 2015, s. 65-70.
3. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 222-225.

## Literatura:

1. Augustyn J., *Integracja seksualna*, WAM, Kraków 2009.
2. Grzelak Sz., *Profilaktyka ryzykownych zachowań młodzieży. Aktualny stan badań na świecie i w Polsce*, Rubikon, Kraków 2009.
3. McDowell J., *Mity edukacji seksualnej*, Vocatio, Warszawa 2000.
4. Regulska A., *Wartość czystości seksualnej. Analiza etyczno-pedagogiczna*, Maternus Media, Tychy 2007.

*Temat:*

## **Przedwczesna inicjacja seksualna**

### **CELE OPERACYJNE**

#### **wiedza**

**Uczeń pozna:**

- istotę aktu seksualnego; tego co wyraża i buduje,
- zasady związane z popędem płciowym (pierwszych połączeń, znużenia, dominacji i generalizacji),
- zagrożenia, które niesie młodemu człowiekowi przedwczesna inicjacja seksualna.

#### **umiejętności**

**Uczeń potrafi:**

- uświadomić sobie, na czym polega dojrzałość i gotowość do podjęcia współżycia seksualnego,
- powiedzieć „nie” w sytuacji podniecenia seksualnego i nie zachęcać dziewczyny do uległości.

#### **postawy**

**Uczeń uświadomi sobie, że:**

- lekkomyślnie podjęte decyzje o rozpoczęciu współżycia seksualnego mogą zaważyć na jego losie i całym życiu dziewczyny,
- warto podejmować wysiłek wyciszania bodźców, które powodują podniecenie seksualne,
- najwłaściwszym miejscem dla inicjacji seksualnej jest małżeństwo.

### **TREŚCI**

1. Współżycie seksualne jest dziedziną życia, która może przynieść najpiękniejsze przeżycia i dać poczucie szczęścia. Muszą być jednak speł-

nione niezbędne warunki: akt seksualny powinien wyrażać miłość, budować więź i trzeba wziąć pod uwagę fakt, że może być aktem dającym życie.

2. Sytuacja życiowa nastolatków, którzy nie są w stanie sprostać ww. warunkom.
3. Zagrożenia, które mogą towarzyszyć przedwczesnej inicjacji seksualnej.
  - utrwalenie się zbyt płytkiego przeżywania sfery seksualnej,
  - związki nastolatków są zazwyczaj nietrwałe, dlatego rozstania (kiedy nastąpiło współżycie) są bardzo bolesne i raniące, szczególnie dla dziewczyny,
  - chłopcom towarzyszy poczucie winy, że wyrządzili dziewczynie krzywdę,
  - nierzadko obojgu ciąży wyrzuty sumienia,
  - ryzyko wiąże się z niemożnością sprostania w tym wieku obowiązkom matki i ojca,
  - możliwość zakażenia się wirusem HIV i chorobami przenoszonymi drogą płciową.  
(Uwaga: żaden środek antykoncepcyjny nie chroni w 100% przed ciążą i chorobami przenoszonymi drogą płciową).
4. Tylko inicjacja seksualna w małżeństwie daje poczucie bezpieczeństwa i pełnego zaufania drugiej osobie.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. Krótka pogadanka wprowadzająca nt. zdarzających się ciąż wśród nastolatków.
2. Wykład nt. zasad związanych z popędem seksualnym (M.K. III. 3)
  - zasada pierwszych połączeń,
  - zasada znużenia,
  - zasada dominacji,
  - zasada generalizacji.
3. Praca w grupach: „Dlaczego przedwczesna inicjacja seksualna jest ryzykowna?”. Materiał (s. 65-67) oraz ćwiczenie (Ćwiczenia I, 2015, s. 66, ćw. 1).
4. Metoda sytuacyjna: „Opowieść nastoletniej matki” oraz ćwiczenie (Ćwiczenia I, 2015, s. 68-70, ćw. 2).
5. Rozmowa kierowana o sytuacji, kiedy dzieci mają dzieci (Ćwiczenia I, 2015, s. 70, ćw. 3).

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Scenariusz zajęć: M. Kwiek, I. Nowak, „Moja płeć podlega ważnym zasadom”, w: *Dorastanie do miłości* (III.3).
2. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 222-225.
3. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości I*, 2015, s. 65-70.

### Literatura:

1. Augustyn J., *Integracja seksualna*, WAM, Kraków 2009.
2. Grzelak Sz., *Profilaktyka ryzykownych zachowań młodzieży. Aktualny stan badań na świecie i w Polsce*, Rubikon, Kraków 2009.
3. McDowell J., *Mity edukacji seksualnej*, Vocatio, Warszawa 2000.
4. Regulska A., *Wartość czystości seksualnej. Analiza etyczno-pedagogiczna*, Maternus Media, Tychy 2007.



*Temat:*

## O kulturze wolnego czasu: Internet, prasa młodzieżowa, TV, reklama

### CELE OPERACYJNE

#### wiedza

**Uczeń pozna:**

- symptomy uzależnienia od Internetu, TV i gier komputerowych,
- mechanizmy działania reklamy,
- potrzebę krytycznego odbioru tego, co oferuje prasa młodzieżowa,
- różne rodzaje cyberprzemocy (seksting, hejting, stalking, trolling).

#### umiejętności

**Uczeń potrafi:**

- wskazać sposoby kulturalnego i zdrowego sposobu spędzania wolnego czasu,
- zrezygnować z programów TV, prasy i forów internetowych promujących „niską kulturę”,
- zauważyć symptomy uzależnienia od gier komputerowych i mediów, poddać swoje postępowanie samoocenie i szukać pomocy.

#### postawy

**Uczeń uświadomi sobie:**

- konieczność wytyczenia celów życiowych i konsekwentnego dążenia do ich osiągnięcia,
- potrzebę racjonalnego spędzania wolnego czasu,
- konieczność wypracowania zdrowego stylu życia.

### TREŚCI

1. Odpoczynek bierny i czynny.
2. Media w naszym życiu. Zagrożenie cyberprzemocą.
3. Krytycyzm w odbiorze treści proponowanych przez media.
4. Problem uzależnień od gier komputerowych, Internetu, telewizji i telefonu komórkowego.

5. Symptomy uzależnienia i szukanie dróg wyjścia.
6. Wpływ reklamy oraz lansowanej mody na wybory i decyzje człowieka.
7. Zdrowy styl życia – jak go skutecznie osiągnąć.
8. Wytyczanie celów życiowych i priorytetów oraz konsekwentne dążenie do ich osiągnięcia.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW (do wyboru)

1. Pogadanka nt. biernego i czynnego spędzania wolnego czasu oraz ćwiczenie (Ćwiczenia I, 2015, s. 72, ćw. 1).
2. Projekcja wybranego filmu lub fragmentów filmów nt. mediów i uzależnienia się od nich – jako coraz częstszego zjawiska.
3. Analiza przypadku na podstawie obejrzanego filmu.
4. Dyskusja kierowana przez nauczyciela lub dyskusja panelowa, w której kilku ekspertów wymienia swoje poglądy na kwestie poruszane w filmie.
5. Wykorzystywanie analizy przypadku w pracy z grupą do konieczności wytyczania celów życiowych i konsekwentnego dążenia do ich osiągnięcia.
6. Wykład nauczyciela nt. cyberprzemocy.
7. Praca w grupach: „Cyberprzemoc – jak pomóc nękanym rówieśnikom” (Ćwiczenia I, 2015, s. 76, ćw. 3).
8. Praca indywidualna: Psychozabawa (Ćwiczenia I, 2015, s. 72, ćw. 2).

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Filmy (do wyboru)
  - „TV Story”, czas: 30 min. z serii „Lekcje przestrogi” (Dom Wydawniczy Rafael) – o uzależnieniu od mediów. Do filmu dołączona broszurka P.T. Nowakowskiego „Co każdy powinien wiedzieć o mediach”.
  - „Wirtualne uzależnienie” (DVD, czas 21 min).  
Film edukacyjny (wypowiedzi ekspertów) o tym, jak umiejętnie korzystać z komputera, aby zachować umiar i nie paść ofiarą uzależnienia od Internetu.
2. Scenariusze zajęć:
  - Ewa Ostrowska-Prokop, „Tak kreują Cię media” (o prasie młodzieżowej), s. 64.
  - Iwona Chowańska, „Reklama czy fałsz?”, s. 62.
  - Maria Krzyż, „Jak nie zagubić się w hipermarkecie świata?”, s. 59, w: *Wygrajmy młodość*.

3. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 38-52.
4. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości, I*, 20105, s. 71-76.

## Literatura:

1. Braun-Gałkowska M., Ulfik-Jaworska I., *Zabawa w zabijanie*, Wyd. „Gaudium”, Lublin 2002.
2. Delmanowicz G., *Internet a życie rodzinne*, „Wychowawca” nr 9/2009, s. 24.
3. Guerreschi C., *Nowe uzależnienia*, Wyd. SALWATOR, Kraków 2006.
4. Iłowiecki M., *Człowiek na smyczy*, „Wychowawca” nr 9/2009, s. 8.
5. Laniado N., Pietra G., *Gry komputerowe, Internet i telewizja. Co robić, gdy nasze dzieci są nimi zafascynowane?*, Wyd. eSPe, Kraków 2006.
6. Nowakowski P.T., *Modele propagowane w wybranych czasopismach młodzieżowych. Analiza antropologiczno-etyczna*, Materna Media, Tychy 2004.
7. Pawlak J., *Miłość w czasopismach młodzieżowych*, „Wychowawca” nr 9/2009, s. 14.

Temat:

## Koleżeństwo, ale jakie? Uzależnienia i asertywność. Cyberprzemoc

### CELE OPERACYJNE

#### wiedza

**Uczeń pozna:**

- wartości budujące i rozwijające koleżeństwo,
- kryteria, na jakie powinno się zwrócić uwagę przy wyborze kolegów i koleżanek,
- zagrożenia, jakie mogą wynikać ze „złego” nacisku otoczenia,
- czynniki zewnętrzne i wewnętrzne, które sprzyjają uzależnieniom.

#### umiejętności

**Uczeń potrafi:**

- umotywować potrzebę rozwoju przez dobre przeżywanie koleżeństwa,
- wymienić cechy dobrego i złego kolegi,
- odmówić uczestnictwa w sytuacji, która prowadzi do uzależnienia (nikotyna, alkohol, narkotyki),
- przewidzieć, jakie zagrożenia mogą wiązać się z uzależnieniami i cyberprzemocą,
- dbać o własne zdrowie.

#### postawy

**Uczeń uświadomi sobie, że:**

- przez dobre koleżeństwo może przygotować się do przeżywania głębszych więzi (przyjaźni i miłości),
- bez wypracowania postawy asertywnej łatwo może ulec naciskom grupy i wejść na drogę uzależnień,
- jego zdrowie i jego przyszłość zależy od obecnych wyborów,
- cyberprzemoc – zaprzeczeniem dobrego koleżeństwa.

## TREŚCI

1. Dojrzewanie osobowości nastolatka przez dobrze przeżywane koleżeństwo.
2. Więzy koleżeńskie szkołą życia i przygotowaniem do przeżywania przyjaźni i miłości.
3. Prawidłowe relacje w koleżeństwie a „złe znajomości”; cyberprzemoc.
4. Odpowiedzialność za wybór kolegów i koleżanek.
5. Umiejętność odmawiania – potrzebą niezwykle istotną w wieku -nastu lat.
6. Zdrowie człowieka a używki.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW (do wyboru)

1. Metoda sytuacyjna (np. list Roberta: M.K. II, 6) lub film „Happy slaping” (czas: 13 min) z serii „Zaplątani w Sieć 01” (Cyberprzemoc w szkole).
2. Po filmie pogadanka nt. koleżeństwa jako swoistej więzi międzyludzkiej.
3. Praca w grupach: „Dobry i zły kolega” (B.Ch., s. 90) lub ćwiczenie (Ćwiczenia I, 2015, s. 78, ćw. 1).
4. Ćwiczenie „Uczmy się odmawiać” – scenki dramatowe (Ćwiczenia I, 2015, s. 79, ćw. 2).
5. Projekcja wybranego filmu nt. uzależnień.
6. Dyskusja nt. sytuacji zaprezentowanej w filmie.
7. Praca indywidualna – dokończenie zdań (Ćwiczenia I, 2015, s. 80, ćw. 3).

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE (do wyboru)

1. Scenariusze zajęć:  
Maria Kwiek, Iwona Nowak, „Chcę być dobrą koleżanką/dobrym kolegą”; „Dojrzewam poprzez koleżeństwo”, w: *Dorastanie do miłości*.
2. Scenariusze zajęć:
  - Mariusz Brzezicki, „Koleżeństwo”, s. 89.
  - Karina Waclawczyk, „Uzależnienia – współczesne niewolnictwo?”, s. 253.
  - Beata Chopkowicz, „Co w trawie piszczy – czyli słów kilka o uzależnieniach”, s. 256.
  - Joanna Staroń, „Drogi i bezdroża, czyli o uzależnieniach”, s. 260.
  - Beata Chopkowicz, „Jestem na „nie”!, s. 263.
  - Anna Golema, „Papieros! Po co?”, s. 266.

- Izabela Chodor, „Uzależnienie od alkoholu”, s. 269
- Anna Krzak, „Alkohol kradnie wolność”, s. 274
- Karina Waclawczyk, „Jak mówić „nie” narkotynom, papierosom i alkoholowi?”, s. 277
- Anna Krzak, „Co to znaczy być zdrowym człowiekiem?”, s. 280  
w: *Wygrajmy młodość*.

### 3. Filmy:

- „Happy slaping” z serii „Zaplątani w Sieć” (cyberprzemoc w szkole), Rubikon, czas: 13 min.
- Alkoholizm (Refleksje nt. alkoholu Leszka Kuzaja, kierowcy rajdowego i Jacka Wójcickiego, krakowskiego muzyka, oraz poruszająca wypowiedź Janusza, byłego alkoholika), Rubikon, czas: 13 min.
- Nikotynizm (Dlaczego nie warto palić – przekonuje Agnieszka Maciąg, aktorka i modelka; świadectwo Łukasza, nałogowego palacza), Rubikon, czas: 9 min.
- Narkomania (Wypowiedzi muzyka Dariusza Malejona, hokeisty Mariusza Czerkawskiego i aktora Mateusza Janickiego przekonują, że nie opłaca się uciekać od rzeczywistości i brać narkotyki), Rubikon, czas: 12 min.

4. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości I*, 2015, s. 77-80.

5. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 78-80.

## Literatura:

1. Kozak S., *Patologie wśród dzieci i młodzieży. Leczenie i profilaktyka*, Wyd. DIFIN, Warszawa 2007.
2. Maxwell R., *Dzieci, alkohol, narkotyki. Przewodnik dla rodziców*, Wyd. GWP, Gdańsk 2002.
3. Ostrowska K., *Ja – inni. W poszukiwaniu wartości cz. I*, Rubikon, Kraków 2004.
4. Ostrowska K. (red.), *Wychowanie do życia w rodzinie. Słownik pojęć*, Rubikon, Kraków 2007.
5. Wójcik E., *Metody aktywizujące w pedagogice grup*, Rubikon, Kraków 2008.

*Temat:*

## **WDŹ w II klasie.**

### **O potrzebie godności i szacunku człowieka**

#### **CELE OPERACYJNE**

##### **wiedza**

**Uczeń pozna:**

- zaplanowane tematy na zajęcia WDŹ, ich celowość i przydatność już teraz oraz w przyszłym życiu małżeńskim i rodzinnym,
- pojęcie godności i szacunku.

##### **umiejętności**

**Uczeń potrafi:**

- wyartykułować oczekiwania względem WDŹ i wyrazić swoją opinię nt. potrzeby zajęć,
- podać najistotniejsze cechy godności człowieka i wymieniać elementy składające się na szacunek wobec siebie i innych.

##### **postawy**

**Uczeń uświadomi sobie, że:**

- uczestnictwo w zajęciach WDŹ daje szansę na wszechstronny rozwój, szczególnie w zakresie integracji seksualnej, właściwego przeżywania okresu adolescencji i otrzymania odpowiedzi na podstawowe egzystencjalne pytania,
- godność człowieka jest źródłem praw i wolności każdej osoby i jest wartością nadrzędną, przyrodzoną, niezbywalną i nienaruszalną.
- szacunek jest podstawą relacji międzyludzkich.

#### **TREŚCI**

1. Cele zajęć WDŹ i tematy zaplanowane do realizacji w drugiej klasie gimnazjum.
2. Godność – istotą człowieczeństwa.
3. Skutki nieposzanowania godności.

4. Co stanowi o szacunku człowieka do człowieka?
5. Jak szanować samego siebie?

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. Prezentacja tematów (przewidzianych w klasie drugiej) ze wskazaniem ich celowości i przydatności w okresie młodości oraz w przyszłym życiu małżeńskim i rodzinnym.
2. Pogadanka nt. oczekiwań uczniów od zajęć WDŻ w drugiej klasie gimnazjum.
3. Miniwykład nt. potrzeby i godności człowieka.
4. „Mówiąca ściana”: cechy, zachowania i postawy, które rozwijają człowieka oraz te, które go degradują (B.Ch., s. 159).
5. Emisja filmu „Telewizja. Miłość” (DVD), czas: 20 min.
6. Dyskusja (po filmie): Dlaczego człowiek nie może stać się narzędziem do realizacji jakichkolwiek celów?
7. Praca w grupach: skutki nieposzanowania godności człowieka (B.Ch., s. 159)
8. Autorefleksja: „Co mogę zrobić dla rozwijania swojego człowieczeństwa”.
9. Praca w grupach: plakat lub mapa mentalna nt. szanowania bądź nieposzanowania samego siebie (B.Ch., s. 162).
10. Zdania niedokończone o szacunku człowieka (Ćwiczenia II, 2012, s. 5, ćw. 4).
11. Pogadanka podsumowująca nt. konieczności szacunku w relacjach międzyludzkich.

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Program zajęć WDŻ dla II klasy gimnazjum.
2. Film „Telewizja. Miłość” (20 min), Produkcja: Uniwersytet Śląski w Katowicach, Wydział Radia i Telewizji.  
Film „Telewizja. Miłość” – to próba pokazania bezduszości ludzi tworzących telewizyjne show, dla których nie liczy się człowiek, ale to, jak zarobić na jego historii.
3. Scenariusze lekcji:  
Renata Kumor, „Godność istotą człowieczeństwa”, s. 159-161,  
Anna Chyra, „O szacunku”, s. 162-163,  
w: *Wygrajmy młodość*.
4. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości II*, 2012, s. 3-5.



## Literatura:

1. Braun-Gałkowska M., *W tę samą stronę*, Wyd. Krupski i S-ka, Warszawa 1994 .
2. Chałas K., *Wychowanie ku wartościom*, Jedność, Lublin-Kielce 2003.
3. Sujak E., *Życ lepiej*, PAX, Warszawa 2002.
4. Szewczyk Wł., *Kim jest człowiek. Zarys antropologii filozoficznej*, Academia, Tarnów 2000.
5. *Słownik pojęć. Wychowanie do życia w rodzinie*, red. K. Ostrowska, Rubikon, Kraków 2007.

Temat:

## Przyjaźń – szkołą miłości

### CELE OPERACYJNE

#### wiedza

Uczeń pozna:

- sposoby nawiązywania kontaktów międzyludzkich, ich rozwijania,
- cechy prawdziwej przyjaźni,
- cechy antyprzyjaźni,
- zasady przyjaźni.

#### umiejętności

Uczeń potrafi:

- dostrzec znaczenie budowania przyjaźni dla rozwoju osobowego,
- poddać refleksji swój sposób rozwiązywania relacji międzyludzkich.

#### postawy

Uczeń uświadomi sobie:

- potrzebę doskonalenia umiejętności porozumiewania się z ludźmi i rozwijania empatii,
- konieczność ewentualnych zmian w swoim postępowaniu wobec przyjaciół,
- własną odpowiedzialność za kształtowanie relacji z innymi.

### TREŚCI

1. Poziomy komunikowania się między ludźmi. Jak skutecznie szukać przyjaciół?
2. Czynniki ułatwiające i utrudniające rozwój przyjaźni.
3. Istota przyjaźni i jej wartość.
4. Warunki trwałej przyjaźni.
5. Antyprzyjaźń, np. przejawy przemocy psychicznej (cyberbulling).
6. Znaczenie budowania kolejnych więzi (koleżeństwo, przyjaźń, miłość) dla rozwoju osobowego człowieka.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW (do wyboru):

1. Miniwykład lub praca w grupach nt. poziomów komunikowania się między ludźmi (B.Ch. s. 108) lub praca z podręcznikiem i ćwiczenie (Ćwiczenia II, 2012, s. 7-8, ćw. 2 i 3).
2. Praca w grupach: Jak skutecznie szukać przyjaciół?
3. „Burza mózgów” – recepta na przyjaźń lub zdania niedokończone (B.Ch., s. 97, 98, 105).
4. Rozmowa kierowana nt. zasad przyjaźni (B.Ch., s. 98-99).
5. Emisja filmu „Cyberbullying” (czas: 13 min) z serii „Zaplątani w Sieć” (Cyberprzemoc w szkole).
6. Rozmowa kierowana nt. antyprzyjaźni (przemocy psychicznej wśród młodzieży).
7. Scenki pantomimiczne: pomoc przyjaciela w sytuacji zagrożenia (B.Ch., s. 101).
8. Praca w grupach: cechy i wartości przyjaźni (B.Ch., s. 103).
9. Praca w grupach: podobieństwa i różnice w koleżeństwie, przyjaźni i miłości (B.Ch., s. 111).

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Scenariusze zajęć (do wyboru):
  - Joanna Binda, „Co to jest przyjaźń?”, s. 92.
  - Małgorzata Dybka, „Recepta na przyjaźń”, s. 97.
  - Ewa Chojecka, „O wartości przyjaźni”, s. 100.
  - Joanna Chrzanowska-Rybeczka, „Jak zjednać sobie przyjaciół?”, s. 103.
  - Joanna Binda, „Być przyjacielem, czy mieć przyjaciela”, s. 105.
  - Teresa Liberska, „Koleżeństwo, przyjaźń, miłość” s. 111.w: *Wygrajmy młodość*.
2. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 81-94; 2011, s. 66-79.
3. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości II*, 2012, s. 6-9.
4. Film „Cyberbullying” z serii „Zaplątani w Sieć 02” (Cyberprzemoc w szkole), Rubikon.

## Literatura:

1. Augustyn J., *Przewodnik po przyjaźni*, WAM, Kraków 2007.
2. Carnegie D., *Jak zdobyć przyjaciół i zjednać sobie ludzi*, Studio EMKA, Warszawa 1981.
3. Ostrowska K., *Ja – inni, W poszukiwaniu wartości cz. I*, Rubikon, Kraków 2004.

Temat:

## Miłość to znaczy...

### CELE OPERACYJNE

#### wiedza

##### Uczeń pozna:

- definicje miłości,
- zachowania budujące miłość i ją niszczące,
- znaczenie miłości w życiu człowieka,
- etapy rozwoju miłości.

#### umiejętności

##### Uczeń potrafi:

- dostrzec znaczenie miłości dla rozwoju osobowego człowieka,
- czekać na swoją miłość i niczego nie przyspieszać.

#### postawy

##### Uczeń uświadomi sobie, że:

- dawanie przynosi więcej radości niż branie,
- człowiek rozwijając w sobie miłość otwiera się bardziej na świat i na ludzi.

### TREŚCI

1. Określenie istoty miłości.
2. Bogactwo miłości, czyli o potrzebie kochania i bycia kochanym.
3. Przejawy miłości.
4. Miłość a egoizm; zachowania służące rozwojowi miłości i ją niszczące.

### PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW (do wyboru)

1. Praca w grupach: tworzenie definicji miłości (B.Ch., s. 125).
2. „Burza mózgów” – czym jest miłość?

3. Ćwiczenia (Ćwiczenia II, 2012, s. 11, ćw. 2 i 3).
4. Ćwiczenie ABC: co służy, a co zagraża miłości (B.Ch., s. 128).
5. Emisja filmu „Sexting” (czas: 15 min) z serii „Zaplątani w Sieć 03” (Cyberprzemoc w szkole).
6. Rozmowa kierowana po filmie.
7. Ćwiczenie i refleksja: miłość a egoizm (M.K., IV, 11).
8. Praca w grupach: bogactwo miłości (B.Ch., s. 133-134 oraz B.Ch., s. 137).
9. Miniwykład z prezentacją nt. etapów miłości kobiety i mężczyzny (B.Ch., s. 134-136).
10. Praca w parach – ćwiczenie (Ćwiczenia II, 2012, s. 12, ćw. 4).

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Scenariusze lekcji (do wyboru):
  - Jolanta Cholewa, „Miłość”, s. 120.
  - Agata Czechowska, „Czym jest miłość?”, s. 128.
  - Teresa Hasiak, „Miłość to prawdziwy skarb i bogactwo”, s. 132.
  - Jolanta Cholewa, „Miłość przez całe życie – etapy miłości”. s. 134.  
w: *Wygrajmy młodość*.
2. Scenariusz lekcji:  
M. Kwiek, I. Nowak, „Czy to jest miłość, czy... egoizm?”,  
w: *Dorastanie do miłości*.
3. Film „Sexting” z serii „Zaplątani w Sieć 03” (Cyberprzemoc w szkole), Rubikon.
4. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości* 2015, s. 96-97; 2011, s. 82.
5. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości II*, 2012, s. 10-12.

## Literatura:

1. Baars C., *Psychologia miłości i seksualności*, W drodze, Poznań 2003.
2. Reszat B., *Wywiad z miłością*, SEMEN, Wrocław 2004.
3. Póltawska W., *Eros et iuventus!*, Edycja św. Pawła, Częstochowa 2009.
4. Wojciszke B., *Psychologia miłości*, GWP, Gdańsk 2014.

Temat:

## Spotkania i rozstania

### CELE OPERACYJNE

#### wiedza

Uczeń pozna:

- etapy rozwoju miłości między chłopcem a dziewczyną,
- ciekawe sposoby wspólnego spędzania czasu,
- warunki i zachowania, które będą decydowały o tym, czy randki będą interesujące i budujące więź, czy też niszczące i degradujące.

#### umiejętności

Uczeń potrafi:

- zaproponować swojej dziewczynie (dziewczyna chłopcu) ciekawe spędzenie wspólnego czasu,
- w sytuacji rozluźnienia więzi, zdobyć się na odwagę i w sposób kulturalny poinformować o rozstaniu.

#### postawy

Uczeń uświadomi sobie, że:

- randka to wspólnie spędzony czas, podczas którego uczy się rozumieć siebie i drugą osobę,
- umiejętność pielęgnowania przyjaźni jest dobrą szkołą miłości,
- bez zbudowania duchowej więzi związek dwojga ludzi jest kruchy i powierzchowny.

### TREŚCI

1. Etapy rozwoju miłości między chłopcem a dziewczyną: upodobanie, pożądanie, miłość przyjaźni i życzliwości.
2. Wspólne spędzanie czasu czyli o randkach; jak można ciekawie je zaplanować?
3. Potrzeba obiektywnego spojrzenia na siebie (czyli już dorastam do

randek?), na swój charakter, uczucia i swoją hierarchię wartości oraz na drugą osobę i jej świat wartości.

4. Nieudane randki są także swoistą szkołą życia.
5. Dojrzałość (emocjonalna, psychiczna, moralna) warunkiem bezpiecznych randek.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. Pogadanka nt. randek czyli tzw. „chodzenia ze sobą” (M.K. IV, 4).
2. Praca w 4 grupach z podręcznikiem *Wędrując ku dorosłości* (Etapy rozwoju miłości między dziewczyną i chłopcem).
3. Projekcja filmu „Filiżanka czekolady” (czas: 15 min) z serii „Zakochanie i co dalej...”.
4. Analiza treści filmu i komentarza psychologa (rozmowa, dyskusja).
5. Ćwiczenia: Najciekawiej zaplanowana randka (Ćwiczenia II, 2012, s. 14 i 16, ćw. 2 i 4).
6. Podsumowanie: Miniwykład: „Czy już dorastam do randek?” (M.K. IV. 5)

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Film „Filiżanka czekolady” (czas: 15 min) z serii „Zakochanie i co dalej...” + komentarz psychologa (7 min), Wyd. Rubikon.
2. Scenariusze lekcji:
  - Maria Kwiek, Iwona Nowak, „Moje randki”
  - Maria Kwiek, Iwona Nowak, „Czy już dorastam do randek”, w: *Dorastanie do miłości*.
3. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości II*, 2012, s. 13-16.
4. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 101-106; 2012 s. 86-90.

## Literatura:

1. Casterman J-B., *Życie na maksa. Podręcznik uczuciowo-seksualny*, Wyd. M, Kraków, 2007.
2. Joyeux H., *Szkoła życia i miłości*, Wyd. Gaudium, Lublin 2011.
3. Sławiński S., *Dojrzewać do miłości*, Wyd. PAX, Warszawa 1998.
4. Tyrrell T. J., *Udręki zakochania*, Jedność, Kielce 2000.

Temat:

## **Seksualność człowieka. Homoseksualizm**

### **CELE OPERACYJNE**

#### **wiedza**

**Uczennica pozna:**

- trzy piętra seksualności człowieka,
- potrzebę integracji seksualnej,
- rozróżnienie między hetero-, homo- i biseksualizmem,
- zagrożenia dla tożsamości seksualnej,
- przyczyny homoseksualizmu, ze szczególnym uwzględnieniem miłości lesbijskiej.

#### **umiejętności**

**Uczennica potrafi:**

- przyjąć prawdę, że zintegrowana seksualność człowieka powinna łączyć się z najgłębszą więzią osobową: miłością i potencjalnym rodzicielstwem.

#### **postawy**

**Uczennica uświadomi sobie, że:**

- popęd seksualny wymaga kontroli rozumu i woli,
- podstawowym zadaniem dla seksualności człowieka jest integracja duch – ciało,
- dojrzewanie seksualne człowieka polega na przechodzeniu od dominanty podkorowej mózgu do korowej.

### **TREŚCI**

1. Poziomy seksualności człowieka.
2. Integracja seksualna.
3. Popęd seksualny człowieka.



4. Homoseksualizm, rozeznanie skłonności homoseksualnych; homoseksualizm rzeczywisty a pozorny.
5. Przyczyny homoseksualizmu ze szczególnym uwzględnieniem miłości lesbijskiej.
6. Zaburzenia rozwoju psychoseksualnego.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. Emisja filmu „Seksualność człowieka” (czas: 5 min) z serii „JA-TY-MY” lub praca w grupach z podręcznikiem albo wykład prowadzącego nt. trzech poziomów seksualności człowieka oraz integracji seksualnej.
2. Praca indywidualna – ćwiczenie (Ćwiczenia II, 2012, s. 18-19, ćw. 2 i 3).
3. „Burza mózgów” – o potrzebie kontroli popędu seksualnego.
4. Wykład nauczyciela nt. homoseksualizmu; rozeznanie skłonności homoseksualnych; homoseksualizm rzeczywisty a pozorny.
5. Projekcja filmu „Homoseksualizm”, czas: 19 min.
6. Dyskusja po filmie.  
lub
7. Praca w 5 grupach. Materiał w: „Homoseksualizm” (B.Ch., s. 197-205).

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Film „Seksualność człowieka” (czas: 5 min) z serii „JA-TY-MY” (5).
2. Film „Homoseksualizm”, Wyd. WAM, Studio INIGO.
3. Scenariusz lekcji: B. Charczuk, „Homoseksualizm”, w: *Wygrajmy młodość*, s. 197-205
4. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 128-140; 2011, s. 109-118.
5. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości II*, 2012. s. 17-20.

## Literatura:

1. Aardweg G., *Homoseksualizm i nadzieja*, Fronda, Warszawa 1999.
2. Augustyn J., *Homoseksualizm a miłość*, WAM, Kraków 1997.
3. Chaire O., *ABC o homoseksualizmie*, WAM, Kraków 2008.
4. Joyeux H., *Szkoła życia i miłości*, Wyd. Gaudium, Lublin 2011.

Temat:

## **Seksualność człowieka. Homoseksualizm**

### **CELE OPERACYJNE**

#### **wiedza**

Uczeń pozna:

- trzy piętra seksualności człowieka,
- istotę seksualności człowieka (integracja seksualna),
- rozróżnienie między hetero-, homo- i biseksualizmem,
- przyczyny homoseksualizmu.

#### **umiejętności**

Uczeń potrafi:

- przyjąć prawdę, że zintegrowana seksualność człowieka powinna łączyć się z najgłębszą więzią osobową: miłością oraz potencjalnym rodzicielstwem.

#### **postawy**

Uczeń uświadomi sobie, że:

- popęd seksualny wymaga kontroli rozumu i woli,
- podstawowym zadaniem dla seksualności człowieka jest integracja duch – ciało,
- dojrzewanie seksualne człowieka polega na przechodzeniu od dominanty podkorowej mózgu do korowej.

### **TREŚCI**

1. Poziomy seksualności człowieka.
2. Integracja seksualna.
3. Popęd seksualny człowieka.
4. Homoseksualizm, rozeznanie skłonności homoseksualnych; homoseksualizm rzeczywisty a pozorny.
5. Przyczyny homoseksualizmu.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. Emisja filmu „Seksualność człowieka” (czas: 5 min) z serii „JA-TY-MY” lub praca w grupach z podręcznikiem albo wykład prowadzącego nt. trzech poziomów seksualności człowieka oraz integracji seksualnej.
2. Praca indywidualna – ćwiczenie (Ćwiczenia II, 2012, s. 18-19, ćw. 2 i 3).
3. „Burza mózgów” – o potrzebie kontroli popędu seksualnego.
4. Wykład nauczyciela nt. homoseksualizmu; rozeznanie skłonności homoseksualnych; homoseksualizm rzeczywisty a pozorny.
5. Projekcja filmu „Homoseksualizm”, czas: 19 min.
6. Dyskusja po filmie.  
lub
7. Praca w 5 grupach. Materiał w: „Homoseksualizm” (B.Ch., s. 197-205).

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Film „Seksualność człowieka” z serii „JA-TY-MY” (5).
2. Film „Homoseksualizm”, Wyd. WAM, Studio INIGO.
3. Scenariusz lekcji: B. Charczuk, „Homoseksualizm”, w: *Wygrajmy młodość*, s. 197-205.
4. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 128-140 lub 2011, s. 109-118.
5. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości II*, 2012, s. 17-20.

## Literatura:

1. Aardweg G., *Homoseksualizm i nadzieja*, Fronda, Warszawa 1999.
2. Augustyn J., *Homoseksualizm a miłość*, WAM, Kraków 1997.
3. Chaire O., *ABC o homoseksualizmie*, WAM, Kraków 2008.
4. Joyeux H., *Szkoła życia i miłości*, Wyd. Gaudium, Lublin 2011.

Temat:

## Główne funkcje płciowości

### CELE OPERACYJNE

#### wiedza

##### Uczeń pozna:

- biologiczną determinację płci,
- rozwój seksualny człowieka,
- funkcje płciowości: wyrażanie miłości, budowanie więzi, rodzicielstwo,
- różnice między kobietą a mężczyzną wynikające ze zróżnicowania płciowego,
- ukształtowania kulturowe, które decydują o postawach wobec płci.

#### umiejętności

##### Uczeń potrafi:

- opisać główne funkcje płciowości,
- wymienić czynniki wzmacniające identyfikację z własną płcią,
- określić oczekiwania wobec płci przeciwnej,
- pomóc drugiej osobie we właściwym przeżywaniu płciowości.

#### postawy

##### Uczeń uświadomi sobie:

- znaczenie płciowości w życiu kobiety i mężczyzny,
- istotę kobiecości i męskości oraz komplementarności płci,
- potrzebę akceptacji odmienności psychoseksualnej.

### TREŚCI

1. Biologiczna determinacja płci.
2. Wpływ środowiska rodzinnego na identyfikację dziecka z własną płcią.
3. Płeć – jako sposób wyrażania siebie i porozumiewania się z innymi.
4. Funkcje płciowości: wyrażanie miłości, budowanie więzi, rodzicielstwo.
5. Specyficzne cechy kobiety i mężczyzny.
6. Stereotypy w poglądach na płeć a nowoczesne spojrzenie na płciowość.
7. Wzajemna akceptacja i komplementarność kobiety i mężczyzny.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW (do wyboru)

1. Projekcja filmu „Funkcje płciowości” (czas: 5 min) z serii „JA-TY-MY” (6).
2. Krótka analiza filmu i pogadanka nt. płci jako sposobu wyrażania siebie oraz budowania więzi między kobietą i mężczyzną.
3. Zdania niedokończone: „Jestem kobietą, ponieważ...”, „Jestem mężczyzną, ponieważ...” (B.Ch., s. 189).
4. Praca w grupach – świat kobiet i świat mężczyzn (cd. B.Ch., s. 189) oraz ćwiczenie I-8.
5. Miniwykład z użyciem foliogramów nt. różnic płci (cd. B.Ch., s. 190-191).
6. Praca w grupach – diamentowe uszeregowanie kobiecości i męskości (cd. B.Ch., s. 190-191). W podsumowaniu pracy należy zwrócić uwagę na częste stereotypy w poglądach na płciowość. Ewentualnie dyskusja na ten temat.
7. Wykład lub pogadanka nt. odnoszenia się dziewcząt do chłopców i chłopców do dziewcząt (M.K. IV, 7).
8. Praca indywidualna – ćwiczenie (Ćwiczenia II, 2012, s. 22, ćw. 4).

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Film „Funkcje płciowości” z serii „JA-TY-MY” (6), Rubikon.
2. Scenariusze zajęć:
  - Iwona Grzymkowska, „Tacy sami, czy zupełnie inni”, w: *Wygrajmy młodość*, s. 189-192
  - M. Kwiek, I. Nowak, „Jak odnoszę się do dziewcząt / chłopców”, w: *Dorastanie do miłości*.
3. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości II*, 2012, s. 22.
4. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 118-127; 2011, s. 102-109.

## Literatura:

1. Dziewiecki M., *Cieleśność. Płciowość. Seksualność. Jedność*, Kielce 2000.
2. Hardisty M., *Sztuka bycia kobietą*, Vocatio, Warszawa 2003.
3. Joyeux H., *Szkoła życia i miłości*, Wyd. Gaudium, Lublin 2011.

Temat:

## **Miłość i szacunek; kolejność więzi**

### **CELE OPERACYJNE**

#### **wiedza**

Uczennica pozna:

- zasadę adekwatności gestów wyrażających bliskość chłopca i dziewczyny do więzi, którą młodzi dopiero budują,
- prawdę, że przyjacielem miłości jest czas i nie należy przyspieszać znaków miłości, które są zarezerwowane dla miłości narzeczeńskiej, czy małżeńskiej.

#### **umiejętności**

Uczennica potrafi:

- roztropnie ocenić rozwój więzi w młodzieńczych związkach i przyzwolić na takie gesty, które będą adekwatne do ich uczuć,
- powiedzieć „nie” w sytuacji zbyt śmiałych gestów bliskości, które będą jedynie sygnałem pożądania.

#### **postawy**

Uczennica uświadomi sobie, że:

- miłość młodzieńcza jest najczęściej nietrwała, dlatego angażowanie się w aktywność seksualną w sytuacji późniejszego rozstania może stać się powodem większego bólu i cierpienia,
- postawa abstynencji seksualnej wyzwoli u chłopca w stosunku do niej szacunek,
- seks nie jest dowodem, ani sprawdzianem miłości.

### **TREŚCI**

1. Randki – to okazja do budowania przyjaźni, która jest także komponentą miłości.
2. Umiejętność aktywnego słuchania szansą na coraz lepsze poznawanie siebie nawzajem, swoich charakterów, zainteresowań, hierarchii wartości itd.
3. Zarówno dobre, jak i nieudane związki mogą być cennym doświadczeniem, szkołą życia.

4. Miłość, aby się rozwinęła, potrzebuje czasu.
5. Seks nie jest dowodem, ani sprawdzianem miłości. Nie jest też przeznaczony do zabawy.
6. Zarówno dziewczyna, jak i chłopiec są wrażliwi i boleśnie przeżywają wszelkie zranienia, których źródłem może być obmowa, ironia, wyszydzenie, ośmieszanie czy testowanie.
7. Miłość i szacunek idą w parze. Bez nich trudno o prawdziwe szczęście w budowanej więzi.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW (do wyboru)

1. Krótka pogadanka nt. randek, czyli tzw. „chodzenia ze sobą”.
2. Praca indywidualna – ćwiczenia (Ćwiczenia II, 2012, s. 24-26, ćw. 2, 3 i 4).
3. Projekcja filmu „Ostry makijaż” (czas: 13 min) z serii „Zakochanie i co dalej...”
4. Pogadanka ewentualnie dyskusja: Opinie uczennic o postawach bohaterów filmowych.
5. Analiza treści dołączonego do filmu komentarza eksperta, dra Szymona Grzelaka.
6. Metoda sytuacyjna: List Wojtka (B.Ch., s. 148-149).
7. „Cztery kąty”, czyli zajmujemy określone stanowisko wobec sytuacji Wojtka i Małgosi.
8. Debata z udziałem przedstawicieli grup.

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Film „Ostry makijaż” z serii „Zakochanie i co dalej...” (13 min) + komentarz eksperta (6 min).
2. Scenariusz lekcji: Agata Czechowska, „Miłość i seks”, w: *Wygrajmy młodość*, s. 148-150.
3. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości II*, 2012 s. 22-26.

## Literatura:

1. Casterman J-B., *Życie na maksa. Poradnik uczuciowo-seksualny*, Wyd. M, Kraków 2007.
2. McDowell J., *Listy od Taty. O seksie i miłości*, Rubikon, Kraków 2010.
3. Joyeux H., *Szkoła życia i miłości*, Wyd. Gaudium, Lublin 2011.
4. Sławiński S., *Dojrzewanie do miłości*, PAX, Warszawa 1998.
5. McDowell, *Mity edukacji seksualnej*, Vocatio, Warszawa 2002.

Temat:

## Miłość i szacunek; kolejność więzi

### CELE OPERACYJNE

#### wiedza

##### Uczeń pozna:

- zasadę, że gesty między dziewczyną a chłopcem powinny być adekwatne do więzi, którą dopiero budują,
- prawdę, że przyjacielem miłości jest czas i nie należy przyspieszać znaków miłości, które są zarezerwowane dla miłości narzeczeńskiej, czy małżeńskiej.

#### umiejętności

##### Uczeń potrafi:

- powiedzieć sobie „nie” w sytuacji podniecenia seksualnego i nie wywierania presji seksualnej na dziewczynę, ponieważ wie, że nie jest to jeszcze wyraz miłości,
- roztropnie ocenić rozwój więzi i nie przyzwalać na takie gesty, które będą adekwatne do ich uczuć.

#### postawy

##### Uczeń uświadomi sobie, że:

- angażowanie się w aktywność seksualną w wieku -nastu lat będzie krzywdą zadaną dziewczynie, również i sobie,
- postawa abstynencji seksualnej pozwoli na zachowanie szacunku zarówno dla dziewczyny, jak i siebie samego,
- seks nie jest sprawdzianem męskości, ani dowodem miłości.

### TREŚCI

1. Randki – to okazja do budowania przyjaźni, która jest także komponentą miłości.
2. Umiejętność aktywnego słuchania szansą na coraz lepsze poznawanie siebie nawzajem, swoich charakterów, zainteresowań, hierarchii wartości itd.



3. Zarówno dobre, jak i nieudane związki mogą być cennym doświadczeniem, szkołą życia.
4. Miłość, aby się rozwinęła, potrzebuje czasu.
5. Seks nie jest dowodem ani sprawdzianem miłości. Nie jest też przeznaczony do zabawy.
6. Zarówno dziewczyna, jak i chłopiec są wrażliwi i boleśnie przeżywają wszelkie zranienia, których źródłem może być obmowa, ironia, wyszydzanie, ośmieszanie czy testowanie.
7. Miłość i szacunek idą w parze. Bez nich trudno o prawdziwe szczęście w budowanej więzi.

## **PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW (do wyboru)**

1. Krótka pogadanka nt. randek, czyli tzw. „chodzenia ze sobą”.
2. Praca indywidualna – ćwiczenia (Ćwiczenia II, 2012, s. 24-26, ćw. 2, 3 i 4).
3. Projekcja filmu „Ostry makijaż” (czas: 13 min) z serii „Zakochanie i co dalej...”.
4. Pogadanka ewentualnie dyskusja: Opinie uczniów o postawach bohaterów filmowych.
5. Analiza treści dołączonego do filmu komentarza eksperta, dra Szymona Grzelaka.
6. Metoda sytuacyjna: List Wojtka (B.Ch., s. 148-149).
7. „Cztery kąty”, czyli zajmujemy określone stanowisko wobec sytuacji Wojtka i Małgosi.
8. Debata z udziałem przedstawicieli grup.

## **MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE**

1. Film „Ostry makijaż” z serii „Zakochanie i co dalej...” (13 min) + komentarz eksperta (6 min).
2. Scenariusz lekcji: Agata Czechowska, „Miłość i seks”, w: *Wygrajmy młodość*, s. 148-150.
3. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości II*, 2012 s. 28-30.

## Literatura:

1. Casterman J-B., *Życie na maksa. Poradnik uczuciowo-seksualny*, Wyd. M, Kraków 2007.
2. McDowell J., *Listy do Taty. O seksie i miłości*, Rubikon, Kraków 2010.
3. Joyeux H., *Szkoła życia i miłości*, Wyd. Gaudium, Lublin 2011.
4. Sławiński S., *Dojrzewanie do miłości*, PAX, Warszawa 1998.
5. McDowell, *Mity edukacji seksualnej*, Vocatio, Warszawa 2002.

*Temat:*

## **Czekać – nie czekać?**

### **CELE OPERACYJNE**

#### **wiedza**

**Uczennica pozna:**

- „obiegowe” argumenty za inicjacją seksualną wśród młodzieży,
- argumenty za abstynencją seksualną do małżeństwa,
- wieloaspektowość współżycia małżeńskiego i jego wartość.

#### **umiejętności**

**Uczennica potrafi:**

- znaleźć racje: „dlaczego czekać?” i je uzasadnić,
- postępować zgodnie z zasadami moralnymi, przekazywanymi przez rodziców oraz swoim rozeznaniem i sumieniem.

#### **postawy**

**Uczennica uświadomi sobie, że:**

- czystość seksualna da jej szansę na spokojne i bezpieczne przeżywanie młodości.

### **TREŚCI**

1. Znaczenie aktu seksualnego.
2. Kontrowersje wokół „pierwszego razu”; jak przedstawiają go media, np. prasa młodzieżowa.
3. „Obiegowe” argumenty za przedwczesną inicjacją seksualną, np.:
  - ciekawość,
  - tzw. „dowód miłości”,
  - aby nie stracić chłopaka,
  - na złość mamie,
  - wstyd być dziewicą,
  - przyjemność,
  - sprawdzić, jak to jest,

- dla zabawy (np. na dyskotecce),
  - dla odchudzania (tracimy kalorie),
  - wszyscy tak robią.
4. Argumenty za inicjacją seksualną w małżeństwie, np.
- miłość (dar siebie temu jednemu),
  - poczucie bezpieczeństwa (psychiczne, uczuciowe),
  - zdrowie (bez ryzyka chorób przenoszonych drogą płciową, w tym HIV/AIDS),
  - jeśli poczne się dziecko, będzie miało obojga rodziców,
  - nie łamie się norm etycznych (dla osób wierzących przestrzeganie VI i IX przykazania),
  - nie sprawi się zawodu rodzicom, jeśli ufają i liczą na mądrość córki,
  - możliwość ukończenia szkoły (studiów) i zdobycia zawodu,
  - usamodzielnienie,
  - wierność.
5. Każdy człowiek jest wolny, sam zdecyduje o swoim losie. W tym wyborze powinien kierować się nie emocjami, ale hierarchią celów życiowych i hierarchią wartości.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. Projekcja filmu „Czekać – nie czekać? – czyli o inicjacji seksualnej” (czas: 9 min) z serii „JA-TY-MY” (7).
2. Pogadanka po filmie: „Pierwszy raz” w mediach (filmy, prasa młodzieżowa) a rzeczywistość; oczekiwania rodziców wobec wyborów swoich dzieci.
3. Praca w grupach: dlaczego młodzi podejmują przedwczesną inicjację seksualną? (B.Ch., s. 193-196).
4. „Burza mózgów” – jakie mogą być konsekwencje wczesnej inicjacji seksualnej?
5. Analiza przesłania „Nie spiesz się” (B.Ch., s. 196).
6. „Mówiąca ściana”: uzasadnienie odłożenia inicjacji seksualnej (argumenty natury emocjonalnej, zdrowotnej, moralnej, duchowej i społecznej) lub praca indywidualna – ćwiczenie (Ćwiczenia II, 2012, s. 32-33, ćw. 2 i „Z”).

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Film „Czekać – nie czekać? – czyli o inicjacji seksualnej” serii „JA-TY-MY” (7).
2. Scenariusze lekcji:
  - Barbara Charczuk „Ten pierwszy raz...”, w: *Wygrajmy młodość*, s. 193-196.
  - Maria Kwiek, Iwona Nowak, „Czekam z rozpoczęciem współżycia płciowego”, w: *Dorastanie do miłości* (III 7).
3. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 109-116, 222-225; 2011, s. 93-99, 193-196.
4. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości II*, 2012, s. 32-33.

### Literatura:

1. Casterman J-B., *Życie na maksa. Poradnik uczuciowo-seksualny*, Wyd. M, Kraków, 2008
2. McDowell J., *Listy od Taty. O seksie i miłości*, Rubikon, Kraków 2010.
3. Dudziak U., *Wychowanie do miłości. Materiały dla nastolatków, ich rodziców i nauczycieli*, Wydawnictwo EDUCATOR, Częstochowa 2000.
4. Joyeux H., *Szkoła życia i miłości*, Wyd. Gaudium, Lublin 2011.
5. Póltawska W., *Eros et iuventus!*, Edycja św. Pawła, Częstochowa 2009.

Temat:

## Czekać – nie czekać?

### CELE OPERACYJNE

#### wiedza

Uczeń pozna:

- „obiegowe” argumenty za inicjacją seksualną wśród młodzieży,
- argumenty za abstynencją seksualną do małżeństwa,
- wieloaspektowość współżycia małżeńskiego i jego wartość.

#### umiejętności

Uczeń potrafi:

- podać racje: „dlaczego czekać?” i je uzasadnić,
- postępować zgodnie z zasadami moralnymi, przekazywanymi przez rodziców oraz swoim rozeznaniem i sumieniem.

#### postawy

Uczeń uświadomi sobie, że:

- na nim spoczywa odpowiedzialność za przyszłość dziewczyny, samego siebie oraz możliwość potencjalnego poczęcia dziecka,
- czystość seksualna daje szansę na bezpieczne przeżywanie młodości,

### TREŚCI

1. Znaczenie aktu seksualnego.
2. Kontrowersje wokół „pierwszego razu”; jak przedstawiają go media, np. prasa młodzieżowa.
3. „Obiegowe” argumenty za wczesną inicjacją seksualną, np.:
  - przyjemność,
  - odprężenie,
  - sprawdzenie się,
  - dowód męskości,
  - dla zabawy,
  - ciekawość,

- bo inni tak robią,
  - bo mam ochotę.
4. Argumenty za odłożeniem inicjacji seksualnej do małżeństwa, np.:
- zapewnienie bytowe dla dziecka,
  - przestrzeganie norm moralnych (dla osób wierzących przestrzeganie VI i IX przykazania),
  - możliwość ukończenia szkoły i uzyskanie niezależności finansowej,
  - zdrowie (bez ryzyka chorób przenoszonych drogą płciową, w tym HIV/AIDS),
  - wierność,
  - miłość,
  - spełnienie oczekiwań rodziców.
  - poczucie bezpieczeństwa (psychiczne, uczuciowe).

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. Projekcja filmu „Czekać – nie czekać? – czyli o inicjacji seksualnej” (czas: 9 min) z serii „JA-TY-MY” (7).
2. Pogadanka po filmie: „Pierwszy raz” w mediach (filmy, prasa młodzieżowa) a rzeczywistość; oczekiwania rodziców wobec wyborów swoich dzieci.
3. Praca w grupach: dlaczego młodzi podejmują przedwczesną inicjację seksualną? (B.Ch., s. 193-196).
4. „Burza mózgów” - jakie mogą być konsekwencje wczesnej inicjacji seksualnej?
5. Analiza przesłania „Nie spiesz się” (B.Ch., s. 196).
6. „Mówiąca ściana”: uzasadnienie odłożenia inicjacji seksualnej (argumenty natury emocjonalnej, zdrowotnej, moralnej, duchowej i społecznej) lub praca indywidualna – ćwiczenie (Ćwiczenia II, 2012, s. 36, ćw. 3).

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Film „Czekać- nie czekać?- czyli o inicjacji seksualnej” serii „JA-TY-MY” (7).
2. Scenariusze lekcji:
  - Barbara Charczuk „Ten pierwszy raz...”, w: *Wygrajmy młodość*, s. 193-196.

- Maria Kwiek, Iwona Nowak, „Czekam z rozpoczęciem współżycia płciowego”, w: *Dorastanie do miłości* (III 7).
- 3. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 109-116, 222-225; 2011, s. 93-99, 193-196.
- 4. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości II*, 2012, s. 34-36.

## Literatura:

1. Casterman J-B., *Życie na maksa. Poradnik uczuciowo-seksualny*, Wyd. M, Kraków, 2008
2. McDowell J., *Listy od Taty. O seksie i miłości*, Rubikon, Kraków 2010.
3. Dudziak U., *Wychowanie do miłości. Materiały dla nastolatków, ich rodziców i nauczycieli*, Wydawnictwo EDUCATOR, Częstochowa 2000.
4. Joyeux H., *Szkoła życia i miłości*, Wyd. Gaudium, Lublin 2011.
5. Półtawska W., *Eros et iuventus!*, Edycja św. Pawła, Częstochowa 2009.



*Temat:*

## Uwaga! AIDS

### CELE OPERACYJNE

#### wiedza

##### Uczeń pozna:

- rys historyczny rozwoju AIDS na świecie i w Polsce,
- sytuacje i zachowania, podczas których można zakazić się wirusem HIV,
- przebieg choroby AIDS.

#### umiejętności

##### Uczeń potrafi:

- opisać takie zachowania, które nie grożą zakażeniem się HIV,
- uzasadnić, dlaczego nie musimy obawiać się przetaczania bądź oddawania krwi w szpitalu.

#### postawy

##### Uczeń uświadomi sobie, że:

- prezerwatywa nie zawsze nie chroni przed zakażeniem wirusem HIV,
- od odpowiedzialnych bądź nieodpowiedzialnych wyborów będzie zależało jego zdrowie i życie,
- osoby zakażone wirusem HIV i chore na AIDS mają prawo do godnego życia,
- strach przed zakażeniem nie może być powodem gorszego traktowania osoby chorej na AIDS.

### TREŚCI

1. Choroba AIDS jako upośledzenie odporności.
2. Rys historyczny rozwoju AIDS na świecie i w Polsce.
3. Drogi przenoszenia zakażenia
4. Przebieg choroby.
5. Profilaktyka.
6. Szacunek do chorych i żyjących z HIV.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW (do wyboru)

1. Wykład nt. historii rozwoju AIDS w Polsce i na świecie oraz epidemiologii tej choroby.
2. Praca w grupach: rozsypanka zdaniowa (B.Ch. s. 295-296).
3. Wypowiedź pisemna w grupach nt. AIDS (urzędowy komunikat, billboard, reklama TV, artykuł itp.) lub praca indywidualna (Ćwiczenia II, 2012, s. 38-42, ćw. 2, 3, 4, 5, 6).
4. Kolaż - jak mogę uchronić się przed AIDS (B.Ch. s. 297).
5. Miniwykład: objawy zakażenia wirusem HIV.
6. Projekcja filmu: „Żyję bez ryzyka AIDS” – fragment dotyczący stosunku do chorych na AIDS i żyjących z HIV.
7. Rozmowa kierowana po filmie.

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Film „Żyję bez ryzyka AIDS” (DVD, 25 min), Fundacja Homo Homini.
2. Scenariusze zajęć:
  - Małgorzata Chalińska, „Czy problem AIDS mnie dotyczy?”, s. 295,
  - Małgorzata Chalińska, „Jak mogę uchronić się przed AIDS?”, s. 297,
  - Karina Waclawczyk, „Życie bez HIV i AIDS”, s. 294,
  - Beata Chopkiewicz, „Miało być inaczej”, s. 292,w: B. Charczuk, *Wygramy młodość*.
3. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 204-212; 2011, s. 179-185.
4. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości II*, 2012, s. 38-42.

## Literatura:

1. Latarska D., *HIV a inne zakażenia przenoszone drogą kontaktów seksualnych*, „Aspekty” nr 2 (36), 2008, dodatek do Biuletynu Krajowego Centrum ds. AIDS Kontra.
2. Materiały (broszurki, ulotki) do pobrania ze strony: [www.aids.gov.pl](http://www.aids.gov.pl) w zakładce: „Publikacje”.

*Temat:*

## **Choroby przenoszone drogą płciową**

### **CELE OPERACYJNE**

#### **wiedza**

**Uczeń pozna:**

- rodzaje chorób przenoszonych drogą płciową,
- przyczyny szerzenia się chorób przenoszonych drogą płciową.

#### **umiejętności**

**Uczeń potrafi:**

- wymienić sposoby prewencji przed chorobami przenoszonymi drogą płciową,
- dyskutować z „obiegowymi” mitami związanymi ze sferą życia seksualnego.

#### **postawy**

**Uczeń uświadomi sobie, że:**

- swoboda seksualna w wieku -nastu lat jest zagrożeniem dla jego zdrowia, a nawet życia,
- czekanie do małżeństwa i wierność w małżeństwie skutecznie chronią go przed chorobami przenoszonymi drogą płciową.

### **TREŚCI**

1. Szybkie rozprzestrzenianie się chorób przenoszonych drogą płciową w XXI wieku (łatwość i szybkość przemieszczania się ludzi, swoboda obyczajowa, itp.).
2. Rodzaje chorób przenoszonych drogą płciową.
3. Przybywanie nowych rodzajów chorób, bardzo trudnych do wyleczenia, a nawet nieuleczalnych.
4. Prawdy i mity dotyczące seksualności człowieka.
5. Skuteczna profilaktyka.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. Miniwykład nt. szerokiego i szybkiego rozprzestrzeniania się chorób przenoszonych drogą płciową, szczególnie w USA, krajach zachodnich, Rosji, itd.
2. Projekcja filmu „Wczesna inicjacja seksualna a choroby przenoszone drogą płciową” (czas: 10 min) z serii „JA-TY-MY” (8).
3. Rozmowa kierowana po filmie.
4. Praca w grupach. Drzewo decyzyjne: „Seks a choroby przenoszone drogą płciową”.
5. Praca w grupach z podręcznikiem: rodzaje chorób przenoszonych drogą płciową oraz ćwiczenia (Ćwiczenia II, 2012, s. 44-46, ćw. 2, 3, 4).
6. Ćwiczenie „Prawda – Fałsz” dot. mitów związanych z ludzką seksualnością (B. Ch., s. 291).
7. Miniwykład podsumowujący nt. skutecznej profilaktyki.

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Film „Wczesna inicjacja seksualna a choroby przenoszone drogą płciową” (czas: 10 min) z serii „JA-TY-MY” (8).
2. Scenariusze zajęć: Barbara Charczuk, „Choroby przenoszone drogą płciową” w: *Wygrajmy młodość*, s. 287-291.
3. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 213-218; 2011, s. 186-189 s. 188-192.
4. Ćwiczenia, *Wędrując ku dorosłości II*, 2012, s. 43-46.

## Literatura:

1. Chazan B., *Choroby przenoszone drogą płciową*, w: Ostrowska K., Ryś M., *Wychowanie do życia w rodzinie*, CMPP-Ped, Warszawa 1999, s. 248-260.
2. Pachecka G., *Zagrożenia zdrowia i płodności dziewcząt wynikające ze współżycia płciowego w okresie dojrzewania*, w: „Życie i płodność” nr 3/2010, s. 33-41.

*Temat:*

## **Płodność kobiety i mężczyzny – co warto wiedzieć?**

### **CELE OPERACYJNE**

#### **wiedza**

**Uczennica pozna:**

- dwie podstawowe funkcje współżycia seksualnego,
- przemiany w organizmie kobiety i w organizmie mężczyzny, od których zależy ich płodność,
- dwie fazy cyklu owulacyjnego kobiety: pęcherzykową i lutealną.

#### **umiejętności**

**Uczennica potrafi:**

- 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.

#### **postawy**

**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.

### **TREŚCI**

1. Odpowiedzialne rodzicielstwo – zagadnienie, które wymaga wiedzy i świadomego wyboru.
2. Anatomia i fizjologia układu rozrodczego mężczyzny i kobiety.
3. Cykliczność zmian w pęcherzyku jajnikowym i wydzielaniu hormo-

nów oraz zmian w endometrium, objawów śluzowych i podstawowej temperatury ciała (PTC) dają możliwość rozpoznawania dni płodnych i niepłodnych w cyklu kobiety.

4. Obserwowanie i zapisywanie zmian w cyklu kobiety.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. Wykład nauczyciela z użyciem prezentacji multimedialnej „Płodność człowieka. Podstawy biomedyczne” dot. funkcjonowania układów rozrodczych kobiety i mężczyzny.
2. Praca indywidualna – ćwiczenia (Ćwiczenia II, 2012, s. 48-49, ćw. 2, 3, 4, 5, 6).
3. Informacja o sposobach praktycznego notowania przez dziewczęta objawów zmian zachodzących w cyklu kobiety. Możliwość konsultacji zapisów i rozmów indywidualnych.
4. Zdania niedokończone – ćwiczenie (Ćwiczenia II, 2012, s. 50, ćw. „z”).

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Prezentacja multimedialna „Płodność człowieka. Podstawy biomedyczne” (Wyd. Rubikon).
2. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 144-153; 2011, s. 122-131.
3. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości II*, 2012, s. 47-50.
5. Scenariusze zajęć: Andrzej Cwynar, „Płodność człowieka”, w: *Wygrajmy młodość*, s. 231-233.

## Literatura:

1. Czyba J., Montella A., *Biologia rozrodu człowieka*, PAN, Warszawa 1994.
2. Szymański Z. (red.), *Płodność i planowanie rodziny*, PAM, Szczecin 2004.
3. *Rozpoznawanie płodności*, red. M. Troszyński, Wyd. Polskie Stowarzyszenie Nauczycieli NPR, Warszawa 2009.

*Temat:*

## **Płodność kobiety i mężczyzny – co warto wiedzieć?**

### **CELE OPERACYJNE**

#### **wiedza**

**Uczeń pozna:**

- dwie podstawowe funkcje współżycia seksualnego,
- przemiany w organizmie kobiety i w organizmie mężczyzny, od których zależy ich wspólna płodność,
- dwie fazy cyklu owulacyjnego kobiety: pęcherzykową i lutealną,
- dokładnie informacje o męskiej płodności i zdrowym stylu życia, aby tę płodność utrzymać.

#### **umiejętności**

**Uczeń potrafi:**

- odróżnić dwa style życia w odniesieniu do planowania i poczęcia dziecka: ekologiczny (zgodny z naturą) i nieekologiczny, tj. nie podporządkowujący się prawom natury.

#### **postawy**

**Uczeń uświadomi sobie, że:**

- poznanie praw rządzących płodnością mężczyzny i kobiety daje szansę na ekologiczny styl życia w małżeństwie: odpowiedzialnie i bez lęku,
- współczesny człowiek może świadomie wybierać: czas na poczęcie dziecka lub czas na współżycie seksualne, kiedy do poczęcia dziecka nie dojdzie.

### **TREŚCI**

1. Odpowiedzialne rodzicielstwo – zagadnienie, które wymaga wiedzy i świadomego wyboru.

2. Anatomia i fizjologia układu rozrodczego mężczyzny i kobiety.
3. Cykliczność zmian w pęcherzyku jajnikowym i wydzielaniu hormonów oraz zmian w endometrium, objawów śluzowych i podstawowej temperatury ciała (PTC) dają szansę na rozpoznawanie dni płodnych i niepłodnych w cyklu kobiety.
4. Możliwość obserwowania i zapisywania zmian w cyklu kobiety.
5. Akceptująca postawa mężczyzny wobec przemian zachodzących w organizmie kobiety.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. Wykład nauczyciela z użyciem prezentacji multimedialnej „Płodność człowieka. Podstawy biomedyczne” dot. funkcjonowania układów rozrodczych kobiety i mężczyzny.
2. Praca indywidualna – ćwiczenia (Ćwiczenia II, 2012, s. 52-53, ćw. 2, 3, 4, 5, 6).
3. Informacja o sposobach praktycznego notowania przez dziewczęta objawów zmian zachodzących w cyklu kobiety. Możliwość konsultacji zapisów i rozmów indywidualnych.
4. Zdania niedokończone – ćwiczenie (Ćwiczenia II, 2012, s. 54, ćw. „z”).

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Prezentacja multimedialna „Płodność człowieka. Podstawy biomedyczne” (Wyd. Rubikon).
2. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 144-153; 2011, s. 122-131.
3. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości II*, 2012, s. 51-54.
4. Scenariusze zajęć: Andrzej Cwynar, „Płodność człowieka”, w: *Wygramy młodość*, s. 231-233.

## Literatura:

1. Czyba J., Montella A., *Biologia rozrodu człowieka*, PAN, Warszawa 1994.
2. Szymański Z. (red.), *Płodność i planowanie rodziny*, PAM, Szczecin 2004.
3. *Rozpoznawanie płodności*, red. M. Troszyński, Wyd. Polskie Stowarzyszenie Nauczycieli NPR, Warszawa 2009.



*Temat:*

## **Antykoncepcja i środki wczesnoporonne**

### **CELE OPERACYJNE**

#### **wiedza**

**Uczennica pozna:**

- rodzaje środków antykoncepcyjnych, ich mechanizm działania, skuteczność i skutki uboczne,
- mechanizm działania środków wczesnoporonnych; aspekt zdrowotny i etyczny.

#### **umiejętności**

**Uczennica potrafi:**

- odróżnić działanie antykoncepcyjne od wczesnoporonnego,
- odróżnić rzetelne informacje z ulotek farmaceutycznych dołączonych do środków antykoncepcyjnych od informacji marketingowych (broszurki, ulotki zachęcające do zdecydowania się np. na te właśnie środki).

#### **postawy**

**Uczennica uświadomi sobie, że:**

- wpływ wielu środków antykoncepcyjnych na jej zdrowie nie jest obojętny,
- obciążenie jej organizmu środkiem antykoncepcyjnym niweczy partnerski (równość płci!) układ między mężczyzną a kobietą,
- niechętny stosunek do stosowania środków antykoncepcyjnych niektórych religii ma swoje uzasadnienie: zdrowotne, psychospołeczne i etyczne.

### **TREŚCI**

1. Definicja antykoncepcji.
2. Podział środków antykoncepcyjnych na: mechaniczne, chemiczne, hormonalne; mechanizm działania.
3. Skuteczność środków antykoncepcyjnych, działania uboczne; aspekt etyczny.

4. Środki wczesnoporonne, mechanizm działania.
5. Skuteczność środków wczesnoporonnych; działania uboczne, aspekt etyczny.
6. Pogadanka nt. motywacji stosowania środków antykoncepcyjnych.
7. Zdrowie kobiety a marketing środków antykoncepcyjnych.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. Projekcja filmu „Antykoncepcja” (czas: 7 min) z serii „JA-TY-MY” (10).
2. Rozmowa po filmie nt. mechanizmów działania, skuteczności i skutków ubocznych środków mechanicznych i chemicznych.
3. Projekcja filmu „Antykoncepcja hormonalna i pigułka 'po'” (czas: 12 min) z serii „JA-TY-MY” (11).
4. Rozmowa o środkach hormonalnych i wczesnoporonnych, ich mechanizmie działania i skutkach natury zdrowotnej i etycznej.
5. Praca indywidualna. Ćwiczenia (Ćwiczenia II, 2012, s. 56-57, ćw. 2, 3).
6. Pogadanka: motywacja stosowania antykoncepcji.
7. Dyskusja: marketing antykoncepcji a zdrowie kobiety.
8. Praca indywidualna (Ćwiczenia II, 2012, s. 58, ćw. 4).

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Film „Antykoncepcja” (czas: 7 min) z serii „JA-TY-MY” (10).
2. Film „Antykoncepcja hormonalna i pigułka 'po'” (czas: 12 min) z serii „JA-TY-MY” (11).
3. Scenariusz zajęć: Barbara Charczuk, „Antykoncepcja”, w: *Wygrajmy młodość*, s. 229-230.
4. Ulotki dołączone do środków antykoncepcyjnych przez farmaceutów i ulotki reklamowe.
5. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości II*, 2012, s. 55-58.
6. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 180-188; 2011, s. 155-162.

## Literatura:

1. Guillebaud J., *Antykoncepcja – pytania i odpowiedzi*, Medycyna Praktyczna, Kraków 1995.
2. Szarewski A., Guillebaud J., *Wszystko o antykoncepcji*, Medycyna Praktyczna, Kraków 1997.
3. Szymański Z. (red.), *Płodność i planowanie rodziny*, PAM, Szczecin 2004.

*Temat:*

## **Antykoncepcja i środki wczesnoporonne**

### **CELE OPERACYJNE**

#### **wiedza**

**Uczeń pozna:**

- rodzaje środków antykoncepcyjnych, ich mechanizm działania, skuteczność i skutki uboczne,
- mechanizm działania środków wczesnoporonnych; aspekt zdrowotny i etyczny.

#### **umiejętności**

**Uczeń potrafi:**

- odróżnić działanie antykoncepcyjne od wczesnoporonnego,
- odróżnić rzetelne informacje z ulotek farmaceutycznych dołączonych do środków antykoncepcyjnych od informacji marketingowych (broszurki, ulotki zachęcające do zdecydowania się np. na te właśnie środki).

#### **postawy**

**Uczeń uświadomi sobie, że:**

- poza prezerwatywą, inne środki antykoncepcyjne i wczesnoporonne obciążają organizm kobiety,
- przerzucenie odpowiedzialności za planowanie poczęć na kobietę niweczy równość płci,
- niechętny stosunek do stosowania środków antykoncepcyjnych niektórych religii ma swoje uzasadnienie: zdrowotne, psychospołeczne i etyczne.

### **TREŚCI**

1. Definicja antykoncepcji.
2. Podział środków antykoncepcyjnych na: mechaniczne, chemiczne, hormonalne; mechanizm działania.

3. Skuteczność środków antykoncepcyjnych, działania uboczne; aspekt etyczny.
4. Środki wczesnoporonne, mechanizm działania.
5. Skuteczność środków wczesnoporonnych; działania uboczne, aspekt etyczny.
6. Pogadanka nt. motywacji stosowania środków antykoncepcyjnych.
7. Zdrowie kobiety a marketing środków antykoncepcyjnych.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. Projekcja filmu „Antykoncepcja” (czas: 7 min) z serii „JA-TY-MY” (10).
2. Rozmowa po filmie nt. mechanizmów działania, skuteczności i skutków ubocznych środków mechanicznych i chemicznych.
3. Projekcja filmu „Antykoncepcja hormonalna i pigułka 'po'” (czas: 12 min) z serii „JA-TY-MY” (11).
4. Rozmowa o środkach hormonalnych i wczesnoporonnych, ich mechanizmie działania i skutkach natury zdrowotnej i etycznej.
5. Praca indywidualna. Ćwiczenia (Ćwiczenia II, 2012, s. 60-61, ćw. 2, 3).
6. Pogadanka: motywacja stosowania antykoncepcji.
7. Dyskusja: marketing antykoncepcji a zdrowie kobiety.
8. Praca indywidualna (Ćwiczenia II, 2012, s. 62, ćw. 4).

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Film „Antykoncepcja” (czas: 7 min) z serii „JA-TY-MY” (10).
2. Film „Antykoncepcja hormonalna i pigułka 'po'” (czas: 12 min) z serii „JA-TY-MY” (11).
3. Scenariusz zajęć: Barbara Charczuk, „Antykoncepcja”, w: *Wygrajmy młodość*, s. 229-230.
4. Ulotki dołączone do środków antykoncepcyjnych przez farmaceutów i ulotki reklamowe.
5. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości II*, 2012, s. 60-62.
6. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 180-188; 2011, s. 155-162.

## Literatura:

1. Guillebaud J., *Antykoncepcja – pytania i odpowiedzi*, Medycyna Praktyczna, Kraków 1995.
2. Szarewski A., Guillebaud J., *Wszystko o antykoncepcji*, Medycyna Praktyczna, Kraków 1997.
3. Szymański Z. (red.), *Płodność i planowanie rodziny*, PAM, Szczecin 2004.

Temat:

## Ekologia i planowanie rodziny

### CELE OPERACYJNE

#### wiedza

##### Uczeń pozna:

- cechy, jakie powinna mieć idealna metoda planowania rodziny,
- podstawowe informacje dotyczące metod rozpoznawania płodności (synteza),
- trzy fazy w cyklu kobiecym (niepłodności względnej, płodności i niepłodności bezwzględnej),
- trzy podstawowe metody rozpoznawania płodności (termiczną, Billingsa i objawowo-termiczną).

#### umiejętności

##### Uczeń potrafi:

- wzbudzić refleksję: czym jest odpowiedzialne rodzicielstwo,
- podać czynniki warunkujące idealną metodę planowania rodziny,
- zastanowić się i wybrać taki sposób planowania rodziny, który nie będzie narażać jego zdrowia i zdrowia osoby kochanej.

#### postawy

##### Uczeń uświadomi sobie, że:

- wybór pomiędzy antykoncepcją a metodami naturalnego planowania rodziny jest wyborem postawy życiowej,
- prawidłowemu, mądrym wyborowi sprzyja rzetelna, wszechstronna wiedza o istniejących metodach i środkach planowania rodziny.

### TREŚCI

1. Różnorodność informacji, jakie docierają do młodego człowieka nt. regulacji poczęć.

2. Cechy, jakie powinna mieć idealna metoda planowania rodziny.
3. Podstawowe informacje (synteza dotychczasowych wiadomości) dotyczące metod rozpoznawania płodności:
  - a) zgodność z zasadami ekologii i zdrowia,
  - b) łatwość stosowania,
  - c) wysoka skuteczność,
  - d) uniwersalność (skuteczne również przy cyklach nieregularnych),
  - e) zgodność ze wszystkimi światopoglądami i wyznaniem,
  - f) są niedrogie.
4. Trzy fazy w cyklu kobiecym:
  - a) niepłodność przedowulacyjna (względna),
  - b) okres okołowulacyjny (płodność),
  - c) niepłodność poowulacyjna (bezwzględna).
5. Trzy podstawowe metody rozpoznawania płodności:
  - a) termiczna,
  - b) Billingsa,
  - c) objawowo-termiczna.
6. Wybór pomiędzy antykoncepcją a metodami naturalnego planowania rodziny - wyborem postawy życiowej.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. Miniwykład lub pogadanka nt. różnorodności informacji nt. planowania rodziny (regulacji poczęć).
2. Projekcja filmu „Ekologia i planowanie rodziny” (czas: 7 min) z serii „JA-TY-MY” (12) nt.
  - cech idealnej metody antykoncepcyjnej,
  - charakterystyki metod rozpoznawania płodności,
  - najbardziej popularnych metod rozpoznawania płodności.
3. Rozmowa nauczyciela z uczniami i odpowiedzi na ewentualne pytania uczniów.
4. Praca indywidualna – ćwiczenia (Ćwiczenia II, 2012, s. 64, ćw. 2 i 3).
5. Dyskusja: Jak rozumieć tezę, że wybór pomiędzy antykoncepcją a metodami naturalnego planowania rodziny – to wybór pewnej postawy życiowej?
6. Praca indywidualna – ćwiczenia (Ćwiczenia II, 2015, s. 65, ćw. 3).

## **MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE**

1. Film „Ekologia i planowanie rodziny” z serii „JA-TY-MY” (12).
2. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 144-146 i 152-159; 2011, s. 122-124, 130-136.
3. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości II*, s. 2012, s. 63-65.

### **Literatura:**

1. Marcinkowscy K. i M., *NPR jest O.K.! Nowy styl życia*, Rubikon, Kraków 2012.
2. Rybak G., *Płodność. Radość czy utrapienie?*, Wyd. „Duc in Altum”, Warszawa 2010.



*Temat:*

## Rola autorytetów w życiu człowieka

### CELE OPERACYJNE

#### wiedza

**Uczeń pozna:**

- pojęcie „autorytet”,
- cechy osobowości, zachowania, postawy, które decydują, że ktoś staje się dla nas autorytetem,
- znaczenie autorytetu w życiu człowieka.

#### umiejętności

**Uczeń potrafi:**

- odróżnić prawdziwe autorytety od pseudoautorytetów,
- dokonać wyboru właściwego autorytetu.

#### postawy

**Uczeń uświadomi sobie:**

- potrzebę dokonania wyboru własnego autorytetu.

### TREŚCI

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

### PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. „Burza mózgów” – tworzenie definicji „autorytetu” (B.Ch., s. 85-87) lub ćwiczenie (Ćwiczenia II, 2012, s. 67-69, ćw. 2, 3, 4, 5).
2. Pogadanka nt. roli, jaką odgrywają autorytety w naszym życiu i jak zmieniają się autorytety w różnych okresach życia.

3. Praca w grupach: co buduje autorytet? (Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 53-56; 2011, s. 43-47).
4. Emisja filmu „Manipulacja” (czas: 26 min) z serii „Lekcje przestrogi 3” - o konsekwencji ulegania młodzieży lansowanym w mediach wzorom zachowań.
5. Rozmowa kierowana po filmie.
6. „Mówiąca ściana” – kto jest dla nas autorytetem?
7. Dyskusja: autorytet a idol oraz ćwiczenie (Ćwiczenia II, 2012, s. 70, ćw. „z”).

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Film „Manipulacja” (czas: 26 min) z serii „Lekcje przestrogi 3” – o konsekwencji ulegania młodzieży lansowanym w mediach wzorom zachowań.
2. Scenariusz zajęć: Beata Kwiatkoń-Czernik, „Rola autorytetu w życiu człowieka”, w: *Wygrajmy młodość*, s. 85-87.
3. Scenariusze zajęć: Maria Kwiek, Iwona Nowak, „Mój idol, mój autorytet”, w: *Dorastanie do miłości*, (I 6).
4. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 53-56; 2011, s. 43-47.
5. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości II*, 2012, s. 66-70.

## Literatura:

1. Ostrowska K., *Wychowanie do życia w rodzinie. Słownik pojęć*, Rubikon, Kraków 2007.
2. „Wychowawca” nr 10/2012, temat: Autorytet w wychowaniu.

*Temat:*

## **WDŹ w klasie trzeciej. Znam i akceptuję siebie**

### **CELE OPERACYJNE**

#### **wiedza**

**Uczeń pozna:**

- program zajęć WDŹ w klasie trzeciej gimnazjum,
- cechy charakterystyczne (zachowania) osób niedoceniających i przeceniających siebie.

#### **umiejętności**

**Uczeń potrafi:**

- określić swoje oczekiwania wobec zajęć WDŹ w klasie trzeciej,
- uzmysłowić rolę rodziny i otoczenia w prawidłowym postrzeganiu siebie,
- dostrzec trudności związane z brakiem akceptacji siebie.

#### **postawy**

**Uczeń uświadomi sobie:**

- socjalizacyjną rolę rodziny w rozwoju człowieka,
- wartość akceptacji swojej osoby.

### **TREŚCI**

1. Problemy i tematy, które są zaplanowane w trzeciej klasie gimnazjum.
2. Własne „ja” zewnętrzne i wewnętrzne.
3. Jak ocenić siebie prawdziwie? – nie przecenić, ale i nie docenić?
4. Prawdziwy obraz siebie a znoszenie niepowodzeń i trudności.
5. Akceptacja siebie i otwartość na relacje z innymi – programem życiowym.
6. Miłość swojego „ja” – warunkiem otworzenia się ku innym.
7. Znaczenie miłości i otrzymanej troski we wczesnym dzieciństwie dla dalszego życia i rozwoju człowieka.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. Zaprezentowanie i krótka charakterystyka problemów i tematów, które będą przedmiotem zajęć WDŻ w trzeciej klasie gimnazjum.
2. Pogadanka nt. oczekiwań uczniów w związku z wymienionymi zagadnieniami.
3. Emisja filmu „Znam i akceptuję siebie” (czas: 4 min) z serii „JA-TY-MY” (1).
4. Rozmowa kierowana po filmie i miniwykład nauczyciela z wykorzystaniem załączników 1-3 (M.K. I. 4, s. 22).
5. Ćwiczenie „Moje zalety i wady” (M.K. I. 4, s. 23).
6. Pogadanka: Czym może skutkować brak akceptacji siebie? Analiza tekstu z podręcznika *Wędrując ku dorosłości*, 2015 (s. 173-176; 2011, s. 149-151)
7. Emisja filmu „Pokochać siebie” (czas: 4 min) z serii „JA-TY-MY” (2).
8. Rozmowa kierowana po filmie.
9. „Znaczenie więzi dziecka z rodzicami we wczesnym okresie życia”. Eksperyment Harlowów i teoria Vitusa Dröschera o uwarunkowaniach prawidłowego rozwoju psychicznego dziecka i harmonijnym życiu człowieka.

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Film „Znam i akceptuję siebie” (czas: 4 min) z serii „JA-TY-MY” (1).
2. Film „Pokochać siebie” (czas: 4 min) z serii „JA-TY-MY” (2).
3. Kwiek M., Nowak I., *Dorastanie do miłości. Scenariusze zajęć dla nauczycieli wychowania do życia w rodzinie*, Rubikon, Kraków 2013, s. 20-25
4. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 173-176; 2011, s. 149-151.

## Literatura:

1. Braun-Gałkowska M., *Psychologia domowa*, KUL, Lublin 2008.
2. *Świat ludzkich uczuć*, red. W. Szewczyk, Wyd. Biblos, Tarnów 1997.

*Temat:*

## Miłość i jej rodzaje

### CELE OPERACYJNE

#### wiedza

**Uczeń pozna:**

- istotę miłości między mężczyzną a kobietą,
- różne rodzaje miłości.

#### umiejętności

**Uczeń potrafi:**

- odróżnić miłość prawdziwą (bezwarunkową) od miłości nieprawdziwej (warunkowej i „ponieważ”).

#### postawy

**Uczeń uświadomi sobie:**

- konieczność uczenia się miłości dojrzałej, bezwarunkowej,
- że, w małżeństwie miłość pożądania, przyjaźni i życzliwości wzajemnie się dopełniają.

### TREŚCI

1. Miłość a uczucie.
2. Rodzaje miłości:
  - pożądania (eros),
  - przyjaźni (philia),
  - życzliwości (agape),
  - miłość „jeżeli”,
  - miłość „ponieważ”,
  - miłość „pomimo”.
3. Definicje miłości.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. Pogadanka: Miłość a uczucie.
2. Wykład nauczyciela o rodzajach miłości.
3. Praca z tekstem w 7 grupach (B.Ch., s. 144); rodzaje miłości z tłem muzycznym piosenki „Zakochałam się na 100%”.
4. Scenka, pantomima, plakat lub wiersz – obrazujące rodzaje miłości.
5. Wykład prowadzącego nt. sprawdzianów miłości (M.K. IV, 8).
6. Refleksja i ranking klasowy definicji najbardziej oddającej istotę miłości.
7. Praca indywidualna – ćwiczenia (Ćwiczenia III, 2012, s. 8-10, ćw. 2, 3, 4).

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Scenariusz zajęć: Barbara Charczuk, „Rodzaje miłości”, w: *Wygramy młodość*, s. 144-147.
2. Scenariusz zajęć: Maria Kwiek, Iwona Nowak, „Czy kocham prawdziwie”, w: *Dorastanie do miłości*, (IV, 8).
3. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 102-106; 2011, s. 87-91.
4. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości III*, 2012, s. 8-10.
5. Piosenka „Zakochałam się na 100%” z płyty CD zespołu New Life'm, pt. Szukam domu

## Literatura:

1. Fromm E., *O sztuce miłości*, Sagittarius, Warszawa 1992.
2. Sujak E., *Kontakt psychiczny w małżeństwie i rodzinie*, Rubikon, Kraków 2007.
3. Powell J., *Jak kochać i być kochanym*, WD, Pelplin 1994.
4. Wojciszke B., *Psychologia miłości*, GWP, Gdańsk 2014.

Temat:

## Wartości związane z płciowością człowieka: budowanie więzi, małżeństwo i rodzicielstwo

### CELE OPERACYJNE

#### wiedza

Uczeń pozna:

- czym różni się miłość od egoizmu,
- dowie się, co buduje więź między najbliższymi, a co ją niszczy,
- istotę okresu narzeczeństwa,
- znaczenie słów zawartych w przysiędze małżeńskiej,
- znaczenie rodzicielstwa.

#### umiejętności

Uczeń potrafi:

- wskazać, w jaki sposób egoizm niszczy miłość,
- uzasadnić rolę miłości, uczciwości i wierności w małżeństwie,
- świadomie dążyć do poznania drugiej osoby,
- dostrzec rolę rodzicielstwa w życiu człowieka.

#### postawy

Uczeń uświadomi sobie, że:

- prawdziwie przeżywana miłość chce bardziej dawać niż brać,
- ważna jest troska o własny rozwój i rozwój osoby, którą się kocha,
- rodzicielstwo stanowi istotną wartość w życiu małżeńskim.

### TREŚCI

1. Przejawy więzi zwanej miłością.
2. Miłość a egoizm.
3. Narzeczeństwo – okresem świadomego poznania drugiej osoby i rozwijania więzi.
4. Małżeństwo; znaczenie przysięgi i budowanie trwałej więzi małżeńskiej.
5. Rodzicielstwo – daniem i braniem jednocześnie.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. Odtworzenie wybranej piosenki z płyty New Life'm dotyczącej więzi rodzinnej.
2. Pogadanka lub mapa mentalna (praca w grupach) (M.K. IV, 11).
  - Czym przejawia się miłość?
  - Czym wyraża się egoizm?
3. Praca indywidualna – ćwiczenie (Ćwiczenia III, 2012, ćw. 2, 3).
4. „Burza mózgów” lub wykład: Znaczenie okresu narzeczeństwa w budowaniu więzi (M.K., s. 227-230).
5. Ćwiczenie „wędrujący kwadrat” – znaczenie słów zawartych w przysiędze małżeńskiej (B.Ch., s. 152).
6. Praca w grupach: analiza tekstów różnych przyrzeczeń i przysięg małżeńskich (M.K., s. 231-233).
7. Ćwiczenie (Ćwiczenia III, 2012, s. 13, ćw. 3).
7. Miniwykład: Mieć dziecko czyli o rodzicielstwie. Co nam daje dziecko?

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Scenariusze zajęć:
  - Maria Kwiek, Iwona Nowak, „Czy to jest miłość, czy egoizm?” (IV, 11); „Gdy będę narzeczoną / narzeczonym” (IV, 12), w: *Dorastanie do miłości*.
2. Scenariusze zajęć:
  - Agata Czechowska, „Istota przysięgi małżeńskiej”, (s. 151-152),
  - Justyna Rytwińska, „Będę iść z Tobą do ostatniego tchu w prawdzie i wierności” (s. 153-156),
  - Maria Jolanta Kroll, „Dziecko darem” (s. 217-220), w: *Wygrajmy młodość*, s. 85-87.
3. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości III*, 2012, s. 11-14.
4. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 144-145; 2011, s.122-123
5. Płyta CD zespołu New Life'm, pt. „Szukam domu”, z załączonymi tekstami piosenek.

## Literatura:

1. Braun-Gałkowska M., *Psychologia domowa*, KUL, Lublin 2008.
2. Ryś M., *Systemy rodzinne*, CMPP-Ped, Warszawa 2001.
3. Sujak E., *Kontakt psychiczny w małżeństwie i rodzinie*, Rubikon, Kraków 2007.



*Temat:*

## **Jak rozpoznać płodność i niepłodność w cyklu kobiety?**

### **CELE OPERACYJNE**

#### **wiedza**

**Uczennica pozna:**

- zasady wyznaczania fazy płodnej i niepłodnej w cyklu kobiety,
- metodę wielowskaźnikową (angielską – podwójnego sprawdzenia lub dra Rötzera albo polską – T. Kramarek) w stopniu dostosowanym do możliwości percepcyjnych uczennic.

#### **umiejętności**

**Uczennica potrafi:**

- wymienić najbardziej znane metody wielowskaźnikowe rozpoznawania płodności,
- określić ogólnie zasady mierzenia temperatury i obserwacji śluzu szyjkowego.

#### **postawy**

**Uczennica uświadomi sobie, że:**

- objawy zmian w cyklu kobiety wynikają ze zmian hormonalnych zachodzących w organizmie kobiety,
- wskaźniki wyznaczające okres płodności i niepłodności pomagają ustalić czas na poczęcie dziecka a także określić czas, kiedy do poczęcia nie dojdzie.

### **TREŚCI**

1. Metody rozpoznawania płodności i niepłodności w cyklu kobiety – mądrym spożytkowaniem wiedzy o sobie samej po to, by rodzicielstwo było zaplanowane i odpowiedzialne.
2. Metody naturalnego planowania rodziny (MNPR) – to nie antykoncepcja, bo nie ma w nich ingerencji w ludzki organizm; jest tylko odczytywanie sygnałów, które wysyła organizm kobiety.

3. Podstawy rozpoznawania płodności:
  - zmiany podstawowej temperatury ciała (obserwowanie, zapisywanie, wyznaczanie dni płodnych i niepłodnych),
  - zmiany śluzu szyjkowego (obserwowanie, zapisywanie, określanie dni płodnych i niepłodnych).
4. Prowadzenie zapisów na karcie cyklu; sposób notowania.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. Projekcja fragmentów filmu edukacyjnego „Podstawy rozpoznawania płodności. Animowany przewodnik naturalnego planowania rodziny” lub wykład nauczyciela (informacje w książce E. Wójcik *Naturalne planowanie rodziny. Metoda objawowo-termiczna wg prof. J. Rötzera*) połączony z prezentacją multimedialną „Płodność człowieka. Podstawy biomedyczne” (część dotycząca rozpoznawania płodności).
2. Pogadanka. Odpowiedzi nauczyciela na wyrażone wątpliwości i zapytania uczennic dot. rozpoznawania okresów płodności i niepłodności w cyklu kobiety.
3. Praca indywidualna – ćwiczenia (Ćwiczenia III, 2012, s. 16-17, ćw. 2, 3, 4, 5).
4. Sporządzenie niezbędnych notatek. Zapisanie stron www (np. [www.npr.pl](http://www.npr.pl)), skąd można otrzymać pomoc przy uczeniu się metod NPR (ćwiczenie 7).
5. Zdania niedokończone (ćwiczenie 6).

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Film edukacyjny „Podstawy rozpoznawania płodności. Animowany przewodnik naturalnego planowania rodziny” (VCD). Wydawnictwo Multimedialne SIGNUM.
2. Prezentacja multimedialna T. Król, M. Szczawińska, E. Wójcik „Płodność człowieka. Podstawy biomedyczne”, Rubikon.
3. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości III*, 2012, s. 16-17.
4. Elżbieta Wójcik, *Naturalne planowanie rodziny. Metoda objawowo-termiczna wg prof. dra med. J. Rötzera*, Rubikon, Kraków 2009.

## Literatura:

1. *Rozpoznawanie płodności*, pod red. T. Troszyńskiego, Wyd. PSNNPR, Warszawa 2009.
2. Rötzer J., *Ja i mój cykl*, INER, Warszawa 2007.
3. Wójcik E., *Naturalne planowanie rodziny wg prof. J. Rötzera*, Rubikon, Kraków 2009.

*Temat:*

## **Jak rozpoznać płodność i niepłodność w cyklu kobiety?**

### **CELE OPERACYJNE**

#### **wiedza**

**Uczeń pozna:**

- podstawowe informacje dotyczące płodności mężczyzny i kobiety, ze szczególnym podkreśleniem stałej płodności mężczyzny,
- metodę wieloskaźnikową rozpoznawania płodności w stopniu dostosowanym do możliwości percepcyjnych uczniów.

#### **umiejętności**

**Uczeń potrafi:**

- wymienić najbardziej znane metody rozpoznawania płodności.

#### **postawy**

**Uczeń uświadomi sobie, że:**

- warto wykorzystać prawa natury (cykliczną płodność kobiety) do rozpoznawania okresów płodnych i niepłodnych w jej organizmie.

### **TREŚCI**

1. Odpowiedzialne rodzicielstwo – sprawą nie tylko kobiety, ale w równym stopniu mężczyzny.
2. Metody rozpoznawania płodności określone także jako metody naturalnego planowania rodziny posiadają wiele zalet (są ekologiczne, skuteczne [do 99%], nie uszkadzają zdrowia; wymagają, również od mężczyzny, świadomości procesów zachodzących w organizmie kobiety i dostosowania się do nich).
3. Metody naturalnego planowania rodziny (MNPR) – to nie antykoncepcja, bo nie ma tu ingerencji w ludzki organizm; NPR polega na odczytywaniu sygnałów, które wysyła organizm kobiety.
4. Podstawy rozpoznawania płodności:

- zmiany podstawowej temperatury ciała (obserwowanie, zapisywanie, wyznaczanie dni niepłodnych),
- zmiany śluzu szyjkowego (obserwowanie, zapisywanie, określenie dni płodnych i niepłodnych).

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. Projekcja fragmentów filmu edukacyjnego „Podstawy rozpoznawania płodności. Animowany przewodnik naturalnego planowania rodziny” lub wykład nauczyciela (informacje w książce E. Wójcik *Naturalne planowanie rodziny. Metoda objawowo-termiczna wg prof. J. Rötzera*) połączony z prezentacją multimedialną „Płodność człowieka. Podstawy biomedyczne” (część dotycząca rozpoznawania płodności).
2. Pogadanka. Odpowiedzi nauczyciela na wyrażone wątpliwości i zapytania uczennic dot. rozpoznawania okresów płodności i niepłodności w cyklu kobiety.
3. Praca indywidualna – ćwiczenia (Ćwiczenia III, 2012, s. 20-21, ćw. 2, 3, 4, 5).
4. Sporządzenie niezbędnych notatek. Zapisanie stron www (np. [www.npr.pl](http://www.npr.pl)), skąd można otrzymać pomoc przy uczeniu się metod NPR (ćwiczenie 6).
5. Praca indywidualna – ćwiczenie (Ćwiczenia III, 2012, s. 22, ćw. 7)

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Film edukacyjny „Podstawy rozpoznawania płodności. Animowany przewodnik naturalnego planowania rodziny” (VCD). Wydawnictwo Multimedialne SIGNUM.
2. Prezentacja multimedialna T. Król, M. Szczawińska, E. Wójcik „Płodność człowieka. Podstawy biomedyczne”, Rubikon.
3. Elżbieta Wójcik, *Naturalne planowanie rodziny. Metoda objawowo-termiczna wg prof. dra med. J. Rötzera*, Rubikon, Kraków 2009.

## Literatura:

1. *Rozpoznawanie płodności*, pod red. T. Troszyńskiego, Wyd. PSNNPR, Warszawa 2009.
2. Rötzer J., *Ja i mój cykl*, INER, Warszawa 2007.
3. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości III*, 2012, s. 20-22.
4. Wójcik E., *Naturalne planowanie rodziny wg prof. J. Rötzera*, Rubikon, Kraków 2009.

Temat:

## **Korzyści z obserwacji cyklu. Testery i aparaty w NPR**

### **CELE OPERACYJNE**

#### **wiedza**

**Uczennica pozna:**

- korzyści z obserwacji cyklu natury biologiczno-medycznej a także psychologicznej i etycznej,
- nowoczesne aparaty i technologie służące do określania fazy płodnej i niepłodnej w cyklu kobiety.

#### **umiejętności**

**Uczennica potrafi:**

- odróżnić postawę człowieka żyjącego zgodnie z naturą od postawy człowieka, który uzależnia swój los od producentów środków antykoncepcyjnych,
- opisać zasady działania i sposoby odczytywania wyników poszczególnych testerów w NPR.

#### **postawy**

**Uczennica uświadomi sobie:**

- nieprawdziwość funkcjonujących stereotypów odnoszących się do metod naturalnego planowania rodziny,
- możliwość wspomaganie przez testery i aparaty w NPR w odkładaniu poczęcia dziecka, albo pomocy parom, które mają problemy z zajściem w ciążę.

### **TREŚCI**

1. Korzyści z obserwacji cyklu:

- zaplanowanie poczęcia dziecka,
- uniknięcie ciąży,
- znajomość dokładnej daty poczęcia dziecka i terminu porodu,

- odróżnienie objawów fizjologicznych od chorobowych,
  - umocnienie więzi małżeńskiej,
  - życie zgodne z sumieniem (dla osób wierzących)
2. Aparaty i testy służące rozpoznawaniu płodności i niepłodności kobiety.
- a) wykorzystanie dwufazowości temperatury cyklu miesięczkowego w aparatach elektronicznych: PEARLY, BIOSELF, BABY COMP, LADY COMP (podstawowe informacje w podręczniku *Wędrując ku dorosłości* dla uczniów klas I–III szkół ponadgimnazjalnych, Rubikon, Kraków 2015, s. 179-181).
- Poznanie:**
- zasad działania,
  - sposobów pomiaru temperatury,
  - odczytywania wskaźników,
  - skuteczności.
- b) analizatory hormonalne; wykorzystanie w diagnostyce hormonów płciowych (estrogenu, progesteronu i LH) PERSONA, CLEARPLAN:
- zasady działania,
  - sposoby pomiaru,
  - odczytywanie,
  - skuteczność.
- c) program komputerowy CTLife, który pomaga w wyznaczaniu dni płodnych i niepłodnych,
- d) termometr elektroniczny MICROLIFE.
3. Funkcjonujące stereotypy w obiegowych opiniach, nt. NPR („kalendaryzyk”, „watykańska ruletka”, „niepewność”, „wpadka”) a wiarygodność i rzeczywista skuteczność.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. Wykład nauczyciela nt. aparatów elektronicznych i analizatorów hormonalnych odczytujących fazy płodności i niepłodności w cyklu kobiety.
2. Notatka w: *Ćwiczenia III*, 2012, s. 26, ćw. 4.
3. Praca z komputerem; odszukanie na stronach internetowych informacji o:
  - a) programie komputerowym CTLife, na przykład na: [www.ecolife-newlifestyle.com](http://www.ecolife-newlifestyle.com),
  - b) możliwości porady (instrukcje) skorzystania z porady w zakresie NPR w ramach form pomocy, na przykład na: [www.oplodnosci.pl](http://www.oplodnosci.pl)
4. „Burza mózgów” lub mapa mentalna: korzyści z obserwacji cyklu albo ćwiczenia (*Ćwiczenia III*, 2012, s. 24-25, ćw. 2, 3).

5. Utrwalenie wiadomości. Test „ABC płodności mężczyzny i kobiety” (B.Ch. s. 236-237).

## **MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE**

1. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 156-159; 2011, s. 134-136.
2. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości III*, 2012, s. 23-26.
3. B. Charczuk (red.), *Wygrajmy młodość*, s. 236-237.

### **Literatura:**

1. Domżał-Drzewiecka R., Gałęziowska E. (red.), *Nowoczesne metody rozpoznawania płodności*, MakMed, Lublin 2007.
2. Dudziak U., Deluga A. (red), *Naturalne planowanie rodziny*, „Nasza Przyszłość”, Szczecinek 2006.
3. Marcinkowscy K. i M., *NPR jest O.K.! Nowy styl życia*, Rubikon, Kraków 2012.
4. *Naturalne planowanie rodziny w ujęciu wybranych dyscyplin naukowych*, „Gaudium”, Lublin 2008.
5. Rybak G., *Płodność. Radość czy utrapienie?*, Wyd. „Duc in Altum”, Warszawa 2010.



*Temat:*

## **Korzyści z obserwacji cyklu i aparaty w metodach naturalnego planowania rodziny (NPR)**

### **CELE OPERACYJNE**

#### **wiedza**

**Uczeń pozna:**

- korzyści z obserwacji cyklu natury biologiczno-medycznej a także psychologicznej i etycznej,
- nowoczesne aparaty i technologie służące do określania fazy płodnej i niepłodnej w cyklu kobiety.

#### **umiejętności**

**Uczeń potrafi:**

- odróżnić postawę człowieka żyjącego zgodnie z naturą od postawy człowieka, który uzależnia swój los od producentów środków antykoncepcyjnych,
- opisać zasady działania i sposoby odczytywania wyników poszczególnych testerów w NPR.

#### **postawy**

**Uczeń uświadomi sobie:**

- fakt, że natura obdarzyła go ciągłą płodnością i on zwykle inicjuje akt seksualny, dlatego mężczyzna nawet w większym stopniu jest odpowiedzialny za poczęcie dziecka niżeli kobieta,
- nieprawdziwość funkcjonujących stereotypów odnoszących się do metod naturalnego planowania rodziny,
- możliwość wspomagania przez testery i aparaty w NPR w odkładaniu poczęcia dziecka, jak też pomocy parom, które mają problemy z zajściem w ciążę.

## TREŚCI

### 1. Korzyści z obserwacji cyklu:

- zaplanowanie poczęcia dziecka,
- uniknięcie ciąży,
- znajomość dokładnej daty poczęcia dziecka i terminu porodu,
- odróżnienie objawów fizjologicznych od chorobowych,
- umocnienie więzi małżeńskiej,
- życie zgodne z sumieniem ( dla osób wierzących ).

### 2. Aparaty i testy służące rozpoznawaniu płodności i niepłodności kobiety.

- a) wykorzystanie dwufazowości temperatury cyklu miesięczkowego w aparatach elektronicznych: PEARLY, BIOSELF, BABY COMP, LADY COMP (podstawowe informacje w podręczniku *Wędrując ku dorosłości* dla uczniów klas I–III szkół ponadgimnazjalnych, Rubikon, Kraków 2015, s. 179-181).

#### **Poznanie:**

- zasad działania,
  - sposobów pomiaru temperatury,
  - odczytywania wskaźników,
  - skuteczności.
- b) analizatory hormonalne; wykorzystanie w diagnostyce hormonów płciowych (estrogenu, progesteronu i LH) PERSONA, CLEARPLAN:
- zasady działania,
  - sposoby pomiaru,
  - odczytywanie,
  - skuteczność.
- c) program komputerowy CTLife, który pomaga w wyznaczaniu dni płodnych i niepłodnych,
- d) termometr elektroniczny MICROLIFE.
- ### 3. Funkcjonujące stereotypy w obiegowych opiniach, nt. NPR („kalendaryk”, „watykańska ruletka”, „niepewność”, „wpadka”) a wiarygodność i rzeczywista skuteczność.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. Wykład nauczyciela nt. aparatów elektronicznych i analizatorów hormonalnych odczytujących fazy płodności i niepłodności w cyklu kobiety.
2. Notatka w: Ćwiczenia III, 2012, s. 26, ćw. 4.

3. Praca z komputerem; odszukanie na stronach internetowych informacji o:
  - a) programie komputerowym CTLife, na przykład na: [www.ecolife-newlifestyle.com](http://www.ecolife-newlifestyle.com),
  - b) możliwości porady (instrukcje) skorzystania z porady w zakresie NPR w ramach form pomocy, na przykład na: [www.oplodnosci.pl](http://www.oplodnosci.pl)
4. „Burza mózgów” lub mapa mentalna: korzyści z obserwacji cyklu albo ćwiczenia (Ćwiczenia III, 2012, s. 24-25, ćw. 2, 3).
5. Utrwalenie wiadomości. Test „ABC płodności mężczyzny i kobiety” (B.Ch. s. 236-237).
6. Dyskusja: Czy mężczyzna ponosi szczególną odpowiedzialność za przekazywanie życia?

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 156-159; 2011, s. 134-136.
2. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości III*, 2012, s. 23-26.
3. B. Charczuk (red.) *Wygrajmy młodość*, s. 236-237.

## Literatura:

1. Domżał-Drzewiecka R., Gałęziowska E. (red), *Nowoczesne metody rozpoznawania płodności*, MakMed, Lublin 2007.
2. Dudziak U., Deluga A. (red.), *Naturalne planowanie rodziny*, „Nasza Przyszłość”, Szczecinek 2006.
3. Marcinkowscy K. i M., *NPR jest O.K.! Nowy styl życia*, Rubikon, Kraków 2012.
4. *Naturalne planowanie rodziny w ujęciu wybranych dyscyplin naukowych*, „Gaudium”, Lublin 2008.
5. Rybak G., *Płodność. Radość czy utrapienie?*, Wyd. „Duc in Altum”, Warszawa 2010.

Temat:

## Kiedy zaczyna się życie człowieka?

### CELE OPERACYJNE

#### wiedza

##### Uczeń pozna:

- konieczne uwarunkowania do powstania życia człowieka,
- organogenezę czyli „jeden z cudów przyrody”,
- początek życia człowieka do 7. tygodnia życia.

#### umiejętności

##### Uczeń potrafi:

- wskazać ważne etapy rozwojowe życia człowieka w okresie prenatalnym,
- szanować osobę ludzką od momentu poczęcia.

#### postawy

##### Uczeń uświadomi sobie:

- wartość życia ludzkiego od momentu poczęcia,
- wagę odpowiedzialności w sferze seksualnej.

### TREŚCI

1. Płodność mężczyzny i zdrowie w sferze płciowości.
2. Płodność kobiety i jej zdolność do prokreacji.
3. Niezbędne warunki do poczęcia dziecka.
4. Początek życia – jeden z cudów natury.
5. Rozwój życia człowieka w pierwszych tygodniach – fascynującą przygodą.
6. Płeć dziecka; uwarunkowania.
7. Szacunek dla każdego człowieka od momentu poczęcia: postawa ojca i postawa matki.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. Projekcja filmu „Cud miłości. Od poczęcia po narodziny” – pierwsze 35 min (do kadru: „Zarodek ma już 7 tygodni”).
2. Rozmowa po filmie: wrażenia, uwagi, zapytania, refleksje.
3. Praca indywidualna – ćwiczenia (Ćwiczenia III, 2012, s. 28, ćw. 2, 3, 4).
4. Dyskusja:
  - a) Ustosunkujmy się do obiegowego sformułowania: „Dziecko niechciane”.
  - b) Rola ojca w przyjęciu i akceptacji dziecka.

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Film „Cud miłości. Od poczęcia po narodziny” (DVD). Producent: HAGI.
2. Scenariusz zajęć:

M. Kwiek, I. Nowak, „Wartość życia”, w: *Dorastanie do miłości*.
3. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości III*, 2012, s. 28.

## Literatura:

1. Fijałkowski W., *Jestem od poczęcia. Pamiętnik dziecka w pierwszej fazie życia*, Biblioteka „Niedzieli”, Częstochowa 2012
2. Kornas-Biela D., *Wokół początku życia ludzkiego*, PAX, Warszawa 2004.

Temat:

## W oczekiwaniu na dziecko

### CELE OPERACYJNE

#### wiedza

##### Uczeń pozna:

- rozwój dziecka w okresie prenatalnym od 7. tygodnia do narodzin,
- istotną rolę trybu życia matki dla prawidłowego rozwoju dziecka w okresie prenatalnym,
- wpływ ojca dziecka na samopoczucie matki.

#### umiejętności

##### Uczeń potrafi:

- wskazać na zagrożenia zdrowia dziecka w pierwszych dziewięciu miesiącach życia,
- przyjąć życiowy program „ekologii prokreacji”.

#### postawy

##### Uczeń uświadomi sobie, że:

- do rodzicielstwa należy się przygotować,
- odpowiedzialne rodzicielstwo – to postawa świadomych wyborów „nie” dla alkoholu, papierosów i narkotyków.

### TREŚCI

1. Rozwój dziecka od 7. tygodnia życia do narodzin.
2. Pedagogika prenatalna, czyli o kontakcie matki z dzieckiem.
3. Odżywianie, sen i ćwiczenia fizyczne matki w czasie ciąży.
4. Profilaktyka prekonceptyjna; opieka lekarska; kwas foliowy.
5. Ciąża a używki:
  - a) Alkoholowy Zespół Płodowy (FAS) czyli o pijanych dzieciach,
  - b) nikotyna, narkotyki a zdrowie dziecka.
6. Opieka ojca nad matką w ciąży i dzieckiem.

7. Szkoła Rodzenia – zajęcia teoretyczne i praktyczne.
8. Poród – od niego także wiele zależy.
9. Rodzimy razem czy osobno?

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. Projekcja filmu „Cud miłości. Od poczęcia po narodziny” – od 35 min do końca (tj. 55 minuty).
2. Rozmowa po filmie: refleksje, pytania, uwagi.
3. Wykład prowadzącego nt. profilaktyki prekoncepcyjnej, (m.in. roli kwasu foliowego dla prawidłowego rozwoju dziecka; higiena, odżywianie oraz opieka lekarska nad kobietą w czasie ciąży).
4. Praca z tekstem w grupach lub wykład nauczyciela nt. „ciąża a używki”, ze szczególnym uwzględnieniem zagrożenia zespołem FAS.
5. „Mówiąca ściana”: jak ojciec dziecka może wpływać na jego prawidłowy rozwój dziecka w pierwszych 9 miesiącach życia i opiekować się matką?
6. Praca indywidualna – ćwiczenia (Ćwiczenia III, 2012, s. 30-31, ćw. 2, 3, 4).
7. Pogadanka: „Tak czy nie dla Szkoły Rodzenia”?
8. Miniwykład nauczyciela nt. naturalnego porodu.
9. Dyskusja: „Rodzimy razem czy osobno?”

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Film „Cud miłości. Od poczęcia po narodziny”, Producent: HAGI.
2. Scenariusz zajęć: Barbara Kwaśnicka, „Być matką, być ojcem – czyli o odpowiedzialnym rodzicielstwie”, w: *Wygrajmy młodość*, s. 213-216.
3. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 162-170; 2011, s. 139-145.
4. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości III*, s. 30-31.

## Literatura:

1. Fijałkowski W., *Dar rodzenia*, PAX, Warszawa 1998.
2. Szczawińska M., *Razem czy osobno? Poród rodzinny*, Wyd. AZ, Kraków 2000.
3. Fijałkowski W., *Jestem od poczęcia. Pamiętnik dziecka w pierwszej fazie życia*, Biblioteka „Niedzieli”, Częstochowa 2012.

Temat:

## Być matką

### CELE OPERACYJNE

#### wiedza

Uczennica pozna:

- znaczenie więzi z dzieckiem od momentu urodzenia,
- podstawowe zasady i znaczenie karmienia noworodka piersią,
- podstawowe zasady pielęgnacji noworodka,
- czynniki ryzyka niepłodności u kobiet,
- podstawowe założenia naprotechnologii jako alternatywy dla zapłodnienia in vitro.

#### umiejętności

Uczennica potrafi:

- zaakceptować swoją płodność jako potencjalną możliwość zostania matką,
- podać argumenty za karmieniem naturalnym,
- określić, czym jest dla kobiety macierzyństwo.

#### postawy

Uczennica uświadomi sobie, że:

- akceptacja siebie jako kobiety wiąże się również z wyzwaniem do ewentualnego macierzyństwa,
- miłość macierzyńska jest bezwarunkowa.

### TREŚCI

1. Znaczenie więzi matki z dzieckiem we wczesnym okresie życia.
2. Naturalne karmienie rozwija więź psychiczną matki z dzieckiem; znaczenie biologiczne pokarmu matki dla prawidłowego rozwoju dziecka.
3. Podstawowe informacje nt. sposobu karmienia piersią i pielęgnacji noworodka.
4. Macierzyństwo jako dar i zadanie.



5. Problem niepłodności małżeństw – syndromem współczesności.
6. Jeśli nie in vitro, to... naprotechnologia.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. Projekcja fragmentów filmu edukacyjno-instruktażowego „Wszystko o karmieniu piersią i pielęgnacji noworodka”.
2. Praca w 3 grupach z podręcznikiem:
  - „Naturalny poród – krok w szczęśliwe dzieciństwo”
  - „Karmienie naturalne”
  - „Znaczenie więzi dziecka z matką we wczesnym okresie życia”
3. Praca indywidualna – ćwiczenia (Ćwiczenia III, 2012, s. 10, ćw. 2 i 3).
4. Zdania niedokończone (B.Ch., s. 221).
5. Kartki z pamiętnika (B.Ch., s. 222-223).
6. Rozsypanka „Niepłodność” (B.Ch., s. 222-224).
7. Miniwykład nauczyciela nt. niepłodności jako syndromu czasów współczesnych.
8. Praca w grupach: analiza tekstów o naprotechnologii, np. wydruki ze strony internetowej: [www.problemyzplodnoscia.pl](http://www.problemyzplodnoscia.pl), [www.jedenznas.pl](http://www.jedenznas.pl)
9. Praca indywidualna – ćwiczenie (Ćwiczenia III, 2012, s. 34, ćw. 4).

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Film „Wszystko o karmieniu piersią i pielęgnacji noworodka” (DVD).  
Producent: RAZEM ŁATWIEJ.
2. Scenariusz zajęć: Monika Malinowska-Wrona, „Macierzyństwo w życiu kobiety”, w: *Wygrajmy młodość*, s. 221-224.
3. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 170-176; 2011, s. 146-153.
4. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości III*, 2012, s. 32-34.
5. Teksty o naprotechnologii ze strony internetowej: [www.problemyzplodnoscia.pl](http://www.problemyzplodnoscia.pl)

## Literatura:

1. *Bioetyka dla młodych. Przewodnik*, Wyd. Międzywydziałowy Instytut Bioetyki UPJPII, Kraków 2015.
2. *Płodność. Powrót do źródeł*, Wyd. Inspiracje, Bielsko Biała 2014.
3. *Kobieta i mężczyzna. Sekret udanego związku*, red. N. Podosek, A. Kóska, Wyd. Inspiracje, Bielsko Biała 2015.

Temat:

## Być ojcem

### CELE OPERACYJNE

#### wiedza

Uczeń pozna:

- znaczenie aktu seksualnego jako potencjalnej możliwości zostania ojcem,
- istotę ojcostwa,
- wpływ ojca na rozwój i zachowanie dzieci oraz życie rodziny.

#### umiejętności

Uczeń potrafi:

- zdać sobie sprawę, że doświadczenie ojcostwa wpływa na osobisty rozwój.

#### postawy

Uczeń uświadomi sobie, że:

- już teraz (w okresie dojrzewania) może podjąć pracę nad sobą, aby w przyszłości być dobrym i odpowiedzialnym ojcem.

### TREŚCI

1. Podjęcie współżycia seksualnego wiąże się dla mężczyzny z potrójną odpowiedzialnością: za los dziewczyny, swoją przyszłość i ewentualnie los dziecka.
2. Różne reakcje mężczyzny na wiadomość, że został ojcem.
3. Problem odpowiedzialności za przekazanie życia.
4. Rola i znaczenie ojca w rodzinie.
5. Społeczna rola ojcostwa.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. Metoda sytuacyjna (list Anny – B.Ch., s. 225).
2. Pogadanka nt. odpowiedzialności mężczyzny za przekazywanie życia.
3. Praca indywidualna. Zdania niedokończone (Ćwiczenia III, 2014, s. 36, ćw. 2 i 3).
4. Miniwykład: rola i znaczenie ojca w rodzinie.
5. Metaplan: Ojcostwo XXI wieku.
6. „Burza mózgów”: ojcostwo spełnione i ojcostwo zagubione.
7. Praca indywidualna. Ćwiczenie (Ćwiczenia III, 2012, s. 36, ćw. 4).

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Scenariusz zajęć: Barbara Charczuk, „Ojcostwo XXI wieku”, w: *Wygramy młodość*, s. 225-228.
2. Scenariusz zajęć: Maria Kwiek, Iwona Nowak, „Dojrzewam do bycia matką/ojcem”, w: *Dorastanie do miłości* (VI, 3).
3. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości III*, 2012, s. 35-36.

## Literatura:

1. Bergmann W., *Sztuka rodzicielskiej miłości*, Wyd. WAM, Kraków 2012
2. Kimmel T., *Bohaterowie wyrastają w domu*, Vocatio, Warszawa 1995.
3. McDowell J., Day D., *Jak był bohaterem dla swoich dzieci*, Vocatio, Warszawa 1997.
4. Pulikowski J., *Jak wygrać ojcostwo?*, Wyd. św. Pawła, Częstochowa 2005.

Temat:

## Ciąża nastolatków. Gdzie szukać pomocy?

### CELE OPERACYJNE

#### wiedza

##### Uczeń pozna:

- trudną sytuację dziewczyny i chłopca, którzy stali się rodzicami,
- adresy internetowe (domy samotnej matki), poradnie, specjalistów, organizacje i fundacje, do których można się udać po pomoc.

#### umiejętności

##### Uczeń potrafi:

- uświadomić sobie, że konsekwencją wczesnej inicjacji seksualnej może być przedwczesne rodzicielstwo,
- znaleźć możliwości pomocy w trudnej sytuacji życiowej.

#### postawy

##### Uczeń uświadomi sobie, że:

- podejmowanie współżycia seksualnego w wieku -nastu lat ma najczęściej także konsekwencje psychiczne,
- zawsze jest jakieś wyjście z trudnej sytuacji.

### TREŚCI

1. Dziewczyna w ciąży – trzy możliwe rozwiązania:
  - a) zawarcie małżeństwa z ojcem dziecka,
  - b) samotne macierzyństwo,
  - c) oddanie dziecka do adopcji.
2. Dlaczego „nie” oddaniu dziecka do domu dziecka?
3. Rola rodziny i przyjaciół w trudnej sytuacji dziewczyny.
4. Domy samotnej matki – sieć domów na terenie całej Polski; adresy; strony internetowe.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. Metoda sytuacyjna: odczytanie z podziałem na role tekstu „Moje dziecko chce żyć” (B.Ch., s. 283).
2. Ćwiczenie (Ćwiczenia III, 2012, s. 39, ćw. 4). Drzewko decyzyjne: Jak ma postąpić dziewczyna w ciąży, gdy ojciec dziecka odchodzi? Zestawienie wyników prac z tekstem w podręczniku *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 226-230, 2011, s. 197-200.
3. Projekcja filmu „Dziecko” (czas: 25 min.) z serii „Lekcje przestrogi III” (Rodzicielstwo nastolatków).
4. Rozmowa po filmie.
5. Praca indywidualna (Ćwiczenia III, 2012, s. 38, ćw. 2 i 3) lub notatka w zeszycie: Najważniejsze adresy, poradnie, organizacje, stowarzyszenia i fundacje, do których można się udać po pomoc.

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Film „Dziecko” (czas: 25 min.) z serii „Lekcje przestrogi III”, Wyd. Rafael.
2. Scenariusz zajęć: Maria Jolanta Ksoll, „A myśmy myśleli...”, w: *Wygrajmy młodość*, s. 283-286.
3. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 226-230; 2011, s. 197-200.
4. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości III*, 2012, s. 37-39.

## Literatura:

1. Grzelak Sz., *Profilaktyka ryzykownych zachowań seksualnych młodzieży*, Rubikon, Kraków 2009.

Temat:

## Aborcja

### CELE OPERACYJNE

#### wiedza

Uczeń pozna:

- czym jest aborcja,
- skutki aborcji: fizyczne, psychiczne i duchowe.

#### umiejętności

Uczeń potrafi:

- podać uzasadnienie dla tezy, że aborcja jest zawsze dramatem: dla dziecka i dla matki,
- zauważyć zależność między przemocą a aborcją.

#### postawy

Uczeń uświadomi sobie, że:

- życie człowieka rozpoczyna się w momencie poczęcia,
- fakt przerwania życia jest nieodwracalny,
- postawa szacunku dla życia świadczy o naszym człowieczeństwie.

### TREŚCI

1. Definicja i terminologia. Ten sam fakt nazywany jako: aborcja, przerwanie ciąży, zabieg, sztuczne poronienie, skrobanka, spędzenie płodu, zabójstwo.
2. Ryzyko powikłań i konsekwencje psychiczne.
3. Aborcja a przemoc.
4. Dlaczego kobiety cierpią po dokonanej aborcji – niezależnie od religii, kultury czy kontynentu.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. „Burza mózgów” – próba zdefiniowania aborcji; jakie są terminy nazywające ten fakt.
2. Praca indywidualna. Zdania niedokończone (Ćwiczenia III, 2012, s. 42, ćw. 2).
3. Praca z tekstem – w 3 grupach (B.Ch., s. 239-243):
  - Czym jest aborcja? Statystyka.
  - Konsekwencje aborcji.
  - Aborcja a przemoc.
4. Praca indywidualna. Ćwiczenie (Ćwiczenia III, 2012, s. 42, ćw. 3).
5. Projekcja filmu „Aborcja” (czas: 16 min).
6. Rozmowa po filmie: refleksje, pytania.
7. Ćwiczenie „Mówiąca ściana”: Jak przeciwdziałać aborcji? (B.Ch., s. 240).
8. Praca indywidualna. Ćwiczenie (Ćwiczenia III, 2012, s. 42, ćw. 4).

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Film „Aborcja”, z serii Wojna światów, Wydawnictwo WAM,, Studio INIGO.
2. Scenariusz zajęć: Anna Jakubowska, Barbara Charczuk, „Aborcja”, w: *Wygrajmy młodość*, s. 239-244.
3. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 189-192; 2011, s. 163-169.
4. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości III*, 2012, s. 42

## Literatura:

1. *Mario... dlaczego płaczesz? Cierpienia kobiet po aborcji*, Wyd. HLI-Europa, Gdańsk 2006.
2. Chazan B.(red.), *Aborcja. Przyczyny, następstwa, terapia*, Wektory, Wrocław 2009.
3. Ryś M., *Zespoły zaburzeń po przerwaniu ciąży*, ATK, Warszawa 1994.
4. Struck K., *Widzę moje dziecko we śnie*, Wyd. Rafael, Kraków 2006.

Temat:

## Życie jako fundamentalna wartość

### CELE OPERACYJNE

#### wiedza

Uczeń pozna:

- treść ustawy *O planowaniu rodziny, ochronie płodu ludzkiego i warunkach dopuszczalności przerywania ciąży* z dnia 7 stycznia 1993 roku,
- postawę położnej z Auschwitz – Stanisławy Leszczyńskiej, a także heroicznych współczesnych matek: Agaty Mróz, Anny Radosz i Gianni Beretty Molli.

#### umiejętności

Uczeń potrafi:

- podać argumenty w obronie życia człowieka,
- podjąć dyskusję z mitami dotyczącymi aborcji.

#### postawy

Uczeń uświadomi sobie, że:

- należy bronić życia człowieka od poczęcia do naturalnej śmierci,
- trzeba nieraz podejmować bardzo trudne decyzje.

### TREŚCI

1. Najważniejsze uwarunkowania prawne chroniące życie człowieka od poczęcia do naturalnej śmierci.
2. Różne oblicza współczesności; antynomia cywilizacji życia i cywilizacji śmierci.
3. Przykłady heroicznych postaw „za życiem”.
  - a) położnej z Auschwitz – Stanisławy Leszczyńskiej,
  - b) matek, które oddały swoje życie za życie dziecka: Agaty Mróz, Anny Radosz i Gianni Beretty Molli.



4. Niepełnosprawni w rodzinie i w społeczeństwie – czy tylko biorcami?
5. Właściwe wybory – nie zawsze łatwe.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. Pogadanka nt. wartości życia.
2. Praca w grupach lub miniwykład – poznanie najistotniejszych fragmentów ustawy *O planowaniu rodziny, ochronie płodu ludzkiego i warunkach dopuszczalności przerywania ciąży* z dnia 7 stycznia 1993 roku (Ćwiczenia III, 2012, s. 44, ćw. 3).
3. Komentarz do ustawy, wątpliwości, zapytania.
4. Wykład nauczyciela lub referat ucznia o położnej z Oświęcimia – Stanisławie Leszczyńskiej.
5. Praca z tekstem lub wykład nauczyciela o heroicznym matkach, które zdecydowały się oddać swoje życie za życie dziecka (Agata Mróz, Anna Radosz, Gianna Beretta Molla); dyskusja.
6. Praca indywidualna. Ćwiczenie (Ćwiczenia III, 2012, s. 44-45, ćw. 2, 4, 5).
7. Dyskusja: „Słabość siłą” czyli o niepełnosprawnych w rodzinie i społeczeństwie.

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Tekst ustawy *O planowaniu rodziny, ochronie płodu ludzkiego i warunkach dopuszczalności przerywania ciąży*.
2. Raport położnej z Oświęcimia – Stanisławie Leszczyńskiej.
3. Teksty o Annie Radosz, Agacie Mróz i Giannie Berettie Mollie.
4. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości III*, 2012, s. 44-45.

## Literatura:

1. *Bioetyka. Przewodnik dla młodych*, Wyd. Międzywydziałowy Instytut Bioetyki UPJPII, Kraków, 2015, [www.jedenznas.pl/zamawiam](http://www.jedenznas.pl/zamawiam)
2. Strzałkowska A., *Życie człowieka. Foliogramy ze scenariuszami zajęć z zakresu wychowania do życia w rodzinie*, HLI-Europa, Gdańsk 2001.

Temat:

## **Pornografia a kobieta**

### **CELE OPERACYJNE**

#### **wiedza**

**Uczennica pozna:**

- definicję pornografii,
- źródła materiałów pornograficznych,
- objawy uzależnienia od pornografii,
- destrukcyjny wpływ pornografii na psychikę i zachowania ludzi.

#### **umiejętności**

**Uczennica potrafi:**

- opisać życie kobiet, które weszły w seksbiznes,
- scharakteryzować konsekwencje sięgania po pornografię,
- przeciwdziałać narzucającej się pornografii, np. w Sieci.

#### **postawy**

**Uczennica uświadomi sobie:**

- potrzebę kształtowania szacunku dla swojego ciała,
- potrzebę budowania integracji seksualnej: ciało-psychika-duch.

### **TREŚCI**

1. Definicja pornografii.
2. Pornografia – uprzedmiotowieniem ciała kobiety.
3. Seksbiznes a prawa kobiet.
4. Szkodliwość pornografii dla młodzieży; utrudnienie tworzenia więzi i założenia rodziny.
5. Pornografia – źródłem błędnych wyobrażeń o zachowaniach seksualnych często niemożliwych do zrealizowania w życiu małżeńskim.
6. Pornografia – utrwaleniem dezintegracji seksualnej.
7. Polskie prawo wobec pornografii (Kodeks Karny art. 200, 202).
8. Budowanie szacunku dla własnego ciała i ciała drugiego człowieka.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. Miniwykład nauczyciela lub „burza mózgów”: Czym jest pornografia? (B.Ch., s. 206).
2. Emisja filmu „Seksoholizm” (czas: 7 min) z serii „Mówię wam, nie warto”.
3. Rozmowa po filmie: refleksje nt. sytuacji kobiety, której mąż jest uzależniony od pornografii.
4. Praca z tekstem w trzech grupach:
  - źródła pornografii,
  - etapy wchodzenia w pornografię,
  - jak zmienia się człowiek pod wpływem pornografii?
5. Praca indywidualna. Ćwiczenia (Ćwiczenia III, 2012, s. 48-49, ćw. 3, 4, 5).

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Film „Seksoholizm” (czas: 7 min) z serii „Mówię wam, nie warto”, Rubikon.
2. Scenariusz zajęć: Marcela Sporysz, „Pornografia i jej konsekwencje”, w: *Wygrajmy młodość*, s. 206-209.
3. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 231-234; 2011, s. 201-204.
4. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości III*, 2012, s. 46-49.

## Literatura:

1. Dines G., *Pornoland. Jak skradziono naszą seksualność*, Wyd. W drodze, Poznań 2012.
2. Kirk J. R., Showers H. R., *Szkodliwość pornografii*, HLI-Europa, Gdańsk 1998.
3. „Wychowawca” nr 5/2006 pt. „Stop pornografii”.

Temat:

## **Pornografia**

### **CELE OPERACYJNE**

#### **wiedza**

##### **Uczeń pozna:**

- definicję pornografii,
- destrukcyjny wpływ pornografii na psychikę i zachowania ludzi,
- objawy uzależnienia od pornografii.

#### **umiejętności**

##### **Uczeń potrafi:**

- scharakteryzować konsekwencje sięgania po pornografię,
- przeciwdziałać narzucającej się pornografii, np. w Sieci.

#### **postawy**

##### **Uczeń uświadomi sobie:**

- potrzebę kształtowania szacunku dla swojego ciała,
- potrzebę budowania integracji seksualnej: duch-psychika-ciało.

### **TREŚCI**

1. Definicja pornografii.
2. Zwulgaryzowanie sfery seksualnej – uprzedmiotowieniem człowieka.
3. Pornografia a biznes.
4. Szkodliwość pornografii (szczególnie dla młodzieży); utrudnienie tworzenia więzi i założenia rodziny.
5. Pornografia – źródłem błędnych wyobrażeń o zachowaniach seksualnych i utrwaleniem dezintegracji seksualnej.
6. Cztery kroki wchodzenia w pornografię:
  - efekt uzależnienia,
  - efekt eskalacji,
  - tracenie wrażliwości,
  - wzrastająca tendencja do wcielania w życie.

7. Polskie prawo wobec pornografii (Kodeks Karny, art. 200, 202).
8. Przeciwdziałanie pornografii i budowanie postawy szacunku wobec ciała człowieka.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW (do wyboru)

1. Miniwykład nauczyciela: Czym jest pornografia? (B.Ch., s. 206).
2. Emisja filmu „Tato” (czas: 25 min) z serii „Zakochanie i co dalej 3” + komentarz psychologa.
3. Rozmowa po filmie: refleksje, wymiana poglądów nt. Uzależnienia i biznesu.
4. Emisja filmu „Seksoholizm” (czas: 7 min.) z serii „Mówię wam, nie warto”.
5. Rozmowa po filmie.
6. Praca z tekstem w trzech grupach:
  - źródła pornografii,
  - etapy wchodzenia w uzależnienie,
  - jak zmienia się człowiek pod wpływem pornografii?
7. Praca indywidualna. Ćwiczenia (Ćwiczenia III, 2012, s. 48-49, ćw. 3, 4, 5).
8. „Burza mózgów” – jak możemy przeciwdziałać pornografii?

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Film „Tato” z serii „Zakochanie i co dalej – 3”, Rubikon.
2. Film „Seksoholizm” z serii „Mówię wam, nie warto”, Rubikon.
3. Scenariusz zajęć: Marcela Sporysz, „Pornografia i jej konsekwencje”, w: *Wygrajmy młodość*, s. 206-209.
4. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 231-234; 2011, s. 201-204.
5. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości III*, 2012, s. 46-49.

## Literatura:

1. Dines G., *Pornoland. Jak skradziono naszą seksualność*, Wyd. W drodze, Poznań 2012.
2. Kirk J. R., Showers H. R., *Szkodliwość pornografii*, HLI-Europa, Gdańsk 1998.
3. „Wychowawca” nr 5/2006 pt. „Stop pornografii”.

Temat:

## Prostytucja nieletnich

### CELE OPERACYJNE

#### wiedza

Uczennica pozna:

- uwarunkowania powstania zjawiska prostytucji nieletnich,
- sytuacje, które sprzyjają takim procederom,
- odpowiedzialność karną za wszelką aktywność seksualną z dzieckiem poniżej 15. roku życia.

#### umiejętności

Uczennica potrafi:

- uzasadnić, dlaczego proceder prostytucji (w założeniu czasowy) szybko staje się stylem życia, od którego trudno się odwrócić,
- uzmysłwić sobie, że szkody wyrządzone psychicznie przez seksbiznes blokują rozwój młodego człowieka.

#### postawy

Uczennica uświadomi sobie, że:

- ten, kto wchodzi w seksbiznes, niszczy swoje sumienie i poczucie własnej godności,
- szanując siebie i swoje ciało, nie ryzykuje się zakażeniem wirusem HIV i innymi chorobami przenoszonymi drogą płciową.

### TREŚCI

1. Czym jest prostytucja?
2. Przyczyny prostytucji nieletnich.
3. Prostytucja jako styl życia.
4. Alkohol, narkotyki i seks – dlaczego razem?
5. Swoboda seksualna a godność człowieka.
6. Skutki młodzieżowej prostytucji:
  - zdrowotne,

- psychiczne,
- etyczne,
- społeczne.

7. Prostyytucja nieletnich a Kodeks Karny (art. 199 par. 3).

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. Pogadanka lub miniwykład nauczyciela nt. zjawiska prostytucji nieletnich, tzw. galerianek (np. odwołanie się do filmu w reżyserii Katarzyny Rosłaniec „Galerianki” (2009).
2. Projekcja filmu „Prostyytucja” (czas: 11 min) z serii „Mówię wam, nie warto (5)”.
3. Analiza wypowiedzi bohaterów filmowych: Agnieszki Maciąg i Anny Nocoń.
4. Praca w 6 grupach z podręcznikiem:
  - Przyczyny prostytucji nieletnich.
  - Prostyytucja jako styl życia.
  - Prostyytucja a godność człowieka.
  - Zdrowotne skutki prostytucji nieletnich.
  - Psychiczne, etyczne i społeczne skutki młodzieżowej prostytucji.
  - Prostyytucja nieletnich w Kodeksie Karnym.
5. Praca indywidualna. Zdania niedokończone (Ćwiczenia III, 2012, s. 51-52, ćw. 3).
6. Dyskusja: 6 myślowych kapeluszy Edwarda de Bono: „Dlaczego „nie” dla młodzieżowej prostytucji? (kapelusze białe, żółte, zielone, czerwone i niebieskie); „Dlaczego „tak” dla młodzieżowej prostytucji (kapelusze czarne).
7. Praca indywidualna. Ćwiczenie (Ćwiczenia III 2012, s. 53, ćw. 4).

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Film „Prostyytucja” (czas: 11 min) z serii „Mówię wam, nie warto (5)”, Rubikon.
2. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 235-240; 2011, s. 205-209.
3. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości III*, 2012, s. 50-53.
4. Materiały warsztatowe do ćwiczenia „6 myślowych kapeluszy Edwarda de Bono” (duże i małe „kapelusze”, polecenia dla 6 grup, ewentualnie dodatkowe materiały merytoryczne).

## Literatura:

1. Kurzępa J., *Młodzi, piękne i niedrodzy... Młodość w objęciach seksbiznesu*, Rubikon, Kraków 2012.
2. Kurzępa J., *Młodzież pogranicza – świnki, czyli o prostytucji nieletnich*, Impuls, Kraków 2001.
3. Kurzępa J., „*Falochron*”. *Zintegrowany program profilaktyki wczesnej wobec zachowań ryzykownych dzieci i młodzieży*, ARGi, Wrocław 2006.



*Temat:*

## **Prostytucja nieletnich**

### **CELE OPERACYJNE**

#### **wiedza**

##### **Uczeń pozna:**

- uwarunkowania powstania zjawiska prostytucji nieletnich,
- sytuacje, które sprzyjają takim procederom,
- odpowiedzialność karną za wszelką aktywność seksualną z dzieckiem poniżej 15. roku życia.

#### **umiejętności**

##### **Uczeń potrafi:**

- uzasadnić, dlaczego proceder prostytucji (w założeniu czasowy) szybko staje się stylem życia, od którego trudno się odwrócić,
- uzmysłwić sobie, że szkody wyrządzone psychicznie przez seksbiznes blokują rozwój młodego człowieka i jego zdolność do przeżywania miłości.

#### **postawy**

##### **Uczeń uświadomi sobie, że:**

- ten, kto wchodzi w seksbiznes, niszczy swoje sumienie i poczucie własnej godności,
- szanując siebie i swoje ciało nie ryzykuje się zakażeniem wirusem HIV i innymi chorobami przenoszonymi drogą płciową.

### **TREŚCI**

1. Czym jest prostytucja?
2. Przyczyny prostytucji nieletnich.
3. Prostytucja jako styl życia.
4. Alkohol, narkotyki i seks – dlaczego razem?
5. Swoboda seksualna a godność człowieka.
6. Skutki młodzieżowej prostytucji:
  - zdrowotne,
  - psychiczne,

- etyczne,
- społeczne.

7. Prostyytucja nieletnich a Kodeks Karny (art. 199 par. 3).

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. Pogadanka lub miniwykład nauczyciela nt. zjawiska prostytucji nieletnich, tzw. galerianek (np. odwołanie się do filmu w reżyserii Katarzyny Rosłaniec „Galerianki” (2009).
2. Praca indywidualna. Zdania niedokończone (Ćwiczenia III, 2012, s. 56-57, ćw. 3, 4).
3. Projekcja filmu „Prostyytucja” (czas: 11 min) z serii „Mówię wam, nie warto (5)”.
4. Rozmowa po filmie. Analiza wypowiedzi bohaterów filmowych: Agnieszki Maciąg i Anny Nocoń.
5. Dyskusja: 6 myślowych kapeluszy Edwarda de Bono: „Dlaczego „nie” dla młodzieżowej prostytucji? (kapelusze białe, żółte, zielone, czerwone i niebieskie); „Dlaczego „tak” dla młodzieżowej prostytucji (kapelusze czarne).

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Film „Prostyytucja” (czas: 11 min) z serii „Mówię wam, nie warto (5)”, Rubikon.
2. Podręcznik *Wędrując ku dorosłości*, 2015, s. 235-240; 2011, s. 205-209.
3. Ćwiczenia *Wędrując ku dorosłości III*, 2012, s. 54-57.
4. Materiały warsztatowe do ćwiczenia „6 myślowych kapeluszy Edwarda de Bono” (duże i małe „kapelusze”, polecenia dla 6 grup, ewentualnie dodatkowe materiały merytoryczne).

## Literatura:

1. Kurzępa J., *Młodzi, piękne i niedroscy... Młodość w objęciach seksbiznesu*, Rubikon, Kraków 2012.
2. Kurzępa J., *Młodzież pogranicza – świnki, czyli o prostytucji nieletnich*, Impuls, Kraków 2001.
3. Kurzępa J., „*Falochron*”. *Zintegrowany program profilaktyki wczesnej wobec zachowań ryzykownych dzieci i młodzieży*, ARGİ, Wrocław 2006.

*Temat:*

## A jednak rodzina.

### Podsumowanie zajęć w gimnazjum

#### CELE OPERACYJNE

##### wiedza

###### Uczeń pozna:

- istotne znaczenie rodziny dla rozwoju osobowego człowieka,
- zagrożenia współczesnej rodziny w Polsce i w wielu krajach Zachodu,
- swój stosunek do osiągnięć (bądź ich braku osiągnięć) w wychowaniu prorodzinnym.

##### umiejętności

###### Uczeń potrafi:

- dokonać syntezy celów, treści i osiągnięć wyniesionych z zajęć WDŻ w ciągu trzech lat nauki,
- wyrazić własną opinię i ocenę zajęć WDŻ w szkole.

##### postawy

###### Uczeń uświadomi sobie:

- zmianę (bądź brak zmiany) swojej postawy wobec zagadnień dorastania, seksualności, małżeństwa i rodziny.

#### TREŚCI

1. Podsumowanie zajęć prorodzinnych realizowanych w gimnazjum.
2. Obecne i przyszłe pełnienie ról w rodzinie.
3. Znaczenie rodziny dla rozwoju człowieka w różnych etapach życia.
4. Współczesna cywilizacja a kryzys rodziny (rozwoły, spadek dziecięności, rozluźnienie więzi wśród najbliższych osób).
5. Gotowość podejmowania działań budowania więzi i zdrowych relacji w obecnej rodzinie i przyszłej, którą kiedyś uczeń najprawdopodobniej założy.

## PROCEDURY OSIĄGANIA CELÓW

1. Miniwykład nauczyciela: Nasze role w rodzinie poddane ciągłej dynamice i poszczególnym okresom w życiu człowieka.
2. Praca w grupach. Pełnienie ról w rodzinie (B.Ch., s. 19) lub ćwiczenia (Ćwiczenia III, 2012, s. 59-61, ćw. 2, 3, 4).
3. Zagrożenia współczesnej rodziny. Pogadanka, wykład albo np. fragment filmu „Postęp po szwedzku” (dostępny na YouTube).
4. Przykłady udanych związków, szczęśliwych rodzin, np. z: *Kobieta i mężczyzna. Sekret udanego związku. (Swoim doświadczeniem dzielą się: Pulikowscy, Golcowie, Lampartowie, Żółtkowie, Bogusławscy)*.
5. Ankieta ewaluacyjna i/lub test sprawdzający wiedzę uzyskaną w ciągu trzech lat zajęć; uwzględnienie w części pytań osobistego stosunku do zajęć WDŻ i wyniesionych z tych zajęć osiągnięć i korzyści.
6. Pogadanka podsumowująca zajęcia WDŻ w gimnazjum.

## MATERIAŁY I ŚRODKI DYDAKTYCZNE

1. Ankieta ewaluacyjna i/lub test sprawdzający wiedzę uczniów.
2. Scenariusz zajęć: Barbara Charczuk, „Rola rodziny i jej członków na różnych etapach życia człowieka”, w: *Wygrajmy młodość*, s. 19-20.
3. Film „Postęp po szwedzku” (dostępny na YouTube).

## Literatura:

1. *Kobieta i mężczyzna. Sekret udanego związku. (Swoim doświadczeniem dzielą się: Pulikowscy, Golcowie, Lampartowie, Żółtkowie, Bogusławscy)*, Wyd. Inspiracje, Bielsko Biała 2014.
2. Pipher M., *Bezpieczny dom. Dlaczego warto walczyć o rodzinę*, Media Rodzina, Poznań 1999.