**KLASA V**

1. **WAŻNY PRZEDMIOT**

Szkoła jako instytucja dydaktyczno -wychowawcza łącząca wysiłki rodziców i nauczycieli może pomóc uczniom w osiąganiu dojrzałości psychoseksualnej. W równym stopniu ważne jest dostarczenie wiedzy, jak i przekazywanie pozytywnych wzmocnień. Zajęcia z wychowania do życia w rodzinie są jednym z najważniejszych obszarów oddziaływań edukacyjnych. Pomagają młodemu człowiekowi przezwyciężyć współczesne zagrożenia oraz mobilizują do samokontroli emocjonalnej i intelektualnej. Realizowana tematyka dotyczy ważnych dla uczniów zagadnień: relacji w rodzinie, przyjaźń, empatii i uczuć, radzenia sobie z problemami związanymi z okresem dojrzewania. Osobista refleksja uczniów o traktowaniu tych sfer życia z należytym szacunkiem i odpowiedzialnością umożliwi integralny rozwój w wymiarze fizycznym, psychicznym, społecznym i duchowym.

1. **TREŚCI NAUCZANIA W KLASIE V:**

Zgodnie z Podstawą programową zajęć szkolnych ”wychowanie do życia w rodzinie”, rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 14 lutego 2017 roku.

1. O BUDOWANIE BLISKICH RELACJI W RODZINIE.

* Rodzina miejscem zaspokojenia potrzeb człowieka
* Budowanie relacji a uczucia, postawi i zachowania
* Rodzaje uczuć
* Sposoby wyrażani i komunikowania uczuć, w tym wyrażanie postawy miłości do najbliższych.

1. FORMACYJNA ROLA RODZINY W ZAKRESIE:

* Przekazywaniu wiedzy o życiu , człowieku i świecie
* Kształtowanie postaw
* Ćwiczenia umiejętności
* Tworzenia hierarchii wartości
* Uczenia norm i zgodnych z nimi zachowań

1. KOMUNIKACJA W RODZINIE

* Czynniki wspierające komunikację w rodzinie
* Najczęstsze przyczyny konfliktów rodzinnych
* Umiejętność przepraszania i wybaczania

1. CZAS WOLNY

* Sposoby wykorzystania czasu wolnego
* Umiejętność organizowani świętowania i kultywowania tradycji rodzinnych, narodowych i regionalnych
* Rola kontaktów ze światem kultury i przyrodą
* Savoir-vivre-właściwe zachowania

1. BUDOWANIE RELACJI KOLEŻEŃSKICH I PRZYJACIELSKICH

* Umiejętność tworzenia relacji międzyludzkich
* Znaczenie relacji międzyosobowych
* Podtrzymywanie więzi koleżeńskich
* Warunki przyjaźń pozytywny stosunek do niepełnosprawnych kolegów i przyjaciół

1. PROBLEMY ROZWOJU PSYCHOFIZYCZNEGO DZIEWCZĄT I CHŁOPCÓW

* Odmienność tempa rozwoju nastolatków
* Labilność emocjonalna okresie dojrzewania

1. MEDIA –ZALETY I MINUSY

* Świadome korzystanie ze środków społecznego przekazu
* Wybór określonych treści
* Limitowanie czasu poświęconego mediom.

**3.WARUNKI I SPOSÓB REALIZACJI.**

Do zadań szkoły w zakresie realizacji wychowania do życia w rodzinie należy w szczególności:

1) wspieranie wychowawczej roli rodziny;

2) współpraca z rodzicami w zakresie prawidłowych relacji między nimi a dzieckiem;

3) wskazanie norm życia społecznego, pomoc w interioryzacji i ich wspólne przestrzeganie;

4) pomoc we właściwym przeżywaniu okresu dojrzewania;

5) wzmacnianie procesu identyfikacji z własną płcią; docenianie komplementarności

płciowej i współdziałania;

6) wspieranie rozwoju moralnego i kształtowania hierarchii wartości;

7) promowanie integralnej wizji seksualności człowieka; ukazanie jedności pomiędzy aktywnością seksualną, miłością i odpowiedzialnością;

8) wskazywanie na prawo do życia od poczęcia do naturalnej śmierci, potrzebę przygotowania do macierzyństwa i ojcostwa oraz towarzyszenia w chorobie i umieraniu;

9) tworzenie klimatu dla koleżeństwa, przyjaźni oraz szacunku dla człowieka;

10) pomoc w poszukiwaniu odpowiedzi na podstawowe pytania egzystencjalne;

11) informowanie o możliwościach pomocy system poradnictwa dla dzieci i młodzieży;

12) ukazywanie potrzeby odpowiedzialności w korzystaniu ze środków społecznego przekazu (w tym internetu) w zakresie doboru treści, krytycznej oceny formy przekazu oraz poświęconego czasu;

13) pomoc w rozpoznawaniu i rozwijaniu zdolności, w odkrywaniu możliwych dróg realizacji osobowej i zawodowej wychowanka, przygotowywanie do odpowiedzialnego

pełnienia zadań na każdej z nich.

**4.CELE KSZTAŁCENIA –WYMAGANIA OGÓLNE**

I. Ukazywanie wartości rodziny w życiu osobistym człowieka. Wnoszenie pozytywnego

wkładu w życie swojej rodziny.

II. Okazywanie szacunku innym ludziom, docenianie ich wysiłku i pracy, przyjęcie postawy

szacunku wobec siebie.

III. Pomoc w przygotowaniu się do zrozumienia i akceptacji przemian okresu dojrzewania.

Pokonywanie trudności okresu dorastania.

IV. Kształcenie umiejętności przyjęcia 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.

V. Pozyskanie wiedzy na temat organizmu ludzkiego i zachodzących w nim zmian

rozwojowych w okresie prenatalnym i postnatalnym oraz akceptacja własnej

płciowości. Przyjęcie integralnej wizji ludzkiej seksualności. Umiejętność obrony

własnej intymności i nietykalności seksualnej oraz szacunek dla ciała innej osoby.

VI. Uświadomienie i uzasadnienie potrzeby przygotowania do zawarcia małżeństwa i

założenia rodziny. Zorientowanie w zakresie i komponentach składowych postawy

odpowiedzialnego rodzicielstwa.

VII. Korzystanie ze środków przekazu, w tym z Internetu, w sposób selektywny,

umożliwiający obronę przed ich destrukcyjnym oddziaływaniem.

**5.TREŚCI NAUCZANIA –WYMAGANIA SZCZEGÓŁOWE.**

**I. Rodzina**

**Uczeń:**

1) wie, co składa się na dojrzałość do małżeństwa i założenia rodziny; zna kryteria wyboru współmałżonka, motywy zawierania małżeństwa i czynniki warunkujące trwałość i powodzenie relacji małżeńskiej i rodzinnej;

2) rozumie, jakie miejsce zajmuje rodzina w społeczeństwie;

3) rozpoznaje typy struktury rodziny: rodzina wielopokoleniowa, rodzina pełna, rodzina niepełna, rodzina zrekonstruowana;

4) wyjaśnia miejsce dziecka w rodzinie i jej rolę dla niego: w fazie prenatalnej, podczas narodzin, w fazie niemowlęcej, wczesnodziecięcej, przedpokwitaniowej, dojrzewania, młodości, wieku średniego, wieku późnego;

5) potrafi komunikować swoje uczucia i budować prawidłowe relacje rodzinne;

6) wie, jak okazać szacunek rodzeństwu, rodzicom i dziadkom oraz docenić ich wkład w życie rodzinne; potrafi wymienić za co i w jaki sposób można wyrazić im wdzięczność;

7) rozumie, na czym polega odpowiedzialność wszystkich członków za atmosferę panującą w rodzinie; wie, jak komunikować uczucia, wyrażać pamięć, składać życzenia z okazji ważnych rocznic rodzinnych, imienin, urodzin, Dni Matki, Ojca, Babci i Dziadka, być uprzejmym i uczynnym każdego dnia;

8) zna i rozumie funkcje rodziny, np. prokreacyjna, opiekuńcza, wychowawcza oraz ich znaczenie na poszczególnych etapach rozwoju człowieka;

9) wyjaśnia, czego dotyczy i w czym przejawia się rodzinne wychowanie do miłości, prawdy, uczciwości, wychowanie patriotyczne, religijne, moralne;

10) przyswaja wartości i tradycje ważne w rodzinie, w tym wspólne świętowanie, organizacja i przeżywanie wolnego czasu;

11) zauważa i docenia formacyjną rolę rodziny w zakresie przekazywania wiedzy (o życiu, człowieku, świecie, relacjach międzyludzkich), kształtowania postaw, ćwiczenia umiejętności, tworzenia hierarchii wartości, uczenia norm i zgodnych z nimi zachowań;

12) zna i stosuje zasady savoir vivre’u zarówno wobec gości, jak i najbliższych członków rodziny;

13) wie, na czym polega instytucjonalna pomoc rodzinie w sytuacji: choroby, uzależnienia, ubóstwa, bezrobocia, zachowań ryzykownych, problemów pedagogicznych, psychologicznych, prawnych.

**II. Dojrzewanie.**

**Uczeń:**

1) rozpoznaje zmiany fizyczne i psychiczne; zauważa i akceptuje zróżnicowane, indywidualne tempo rozwoju;

2) zna kryteria dojrzałości biologicznej, psychicznej i społecznej;

3) rozumie, czym jest cielesność, płciowość, seksualność;

4) wskazuje różnice w rozwoju psychoseksualnym dziewcząt i chłopców;

5) wyjaśnia, na czym polega identyfikacja z własną płcią;

6) zna zagrożenia okresu dojrzewania, takie jak: uzależnienia chemiczne i behawioralne, presja seksualna, pornografia, cyberseks, prostytucja nieletnich; potrafi wymienić sposoby profilaktyki i przeciwdziałania;

7) omawia problemy wieku młodzieńczego i sposoby radzenia sobie z nimi;

8) rozumie, jak budowane są relacje międzyosobowe, wyjaśnia ich znaczenie w rozwoju społeczno-emocjonalnym; potrafi przedstawić istotę: koleżeństwa i przyjaźni, sympatii młodzieńczych, pierwszych fascynacji, zakochania, miłości; zwraca uwagę na potrzebę i wartość wzajemnego szacunku, udzielania pomocy, empatii i współpracy;

9) uczestniczy w podziale obowiązków; korzysta z pomocy innych i sam jej udziela; potrafi dzielić czas pomiędzy pracę i rekreację; wie jak tworzyć atmosferę świętowania;

10) przedstawia rolę autorytetów w życiu człowieka, wymienia osoby uznane za autorytety przez innych i siebie.

**III. Seksualność człowieka.**

**Uczeń:**

1) określa pojęcia związane z seksualnością: męskość, kobiecość, komplementarność, miłość, wartość, małżeństwo, rodzicielstwo, odpowiedzialność; wyjaśnia na czym polega i czego dotyczy integracja seksualna;

2) rozumie znaczenie odpowiedzialności w przeżywaniu własnej płciowości oraz budowaniu trwałych i szczęśliwych więzi;

3) określa główne funkcje płciowości, takie jak: wyrażanie miłości, budowanie więzi i rodzicielstwo, a także wzajemna pomoc i uzupełnianie, integralna i komplementarna współpraca płci;

4) rozumie, na czym polega prawo człowieka

do intymności i ochrona tego prawa;

5) wyjaśnia, na czym polega odpowiedzialność mężczyzny i kobiety za sferę seksualną i prokreację;

6) charakteryzuje związek istniejący pomiędzy aktywnością seksualną a miłością i odpowiedzialnością; omawia problemy związane z przedmiotowym traktowaniem człowieka w dziedzinie seksualnej;

7) potrafi wymienić argumenty biomedyczne, psychologiczne, społeczne i moralne za inicjacją seksualną w małżeństwie;

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

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

10) potrafi wymienić różnice pomiędzy edukacją a wychowaniem seksualnym;

11) potrafi scharakteryzować i ocenić różne odniesienia do seksualności: permisywne, relatywne i normatywne;

12) rozumie wartość trwałości małżeństwa dla dobra rodziny.

**IV. Życie jako fundamentalna wartość.**

**Uczeń:**

1) wyjaśnia, co to znaczy, że życie jest wartością;

2) rozumie, na czym polega planowanie dzietności rodziny; wie, jakie aspekty należy uwzględnić przy podejmowaniem decyzji prokreacyjnych;

3) zna zasady przygotowania kobiet i mężczyzn na poczęcie dziecka oraz rozumie, czym jest odpowiedzialne rodzicielstwo;

4) wyraża postawę szacunku i troski wobec życia i zdrowia człowieka od poczęcia do naturalnej śmierci;

5) zna fazy psychofizycznego rozwoju człowieka w okresie prenatalnym i postnatalnym; orientuje się w czynnikach wspomagających i zaburzających jego psychiczny, fizyczny, duchowy i społeczny rozwój;

6) rozumie, czym jest opieka prekoncepcyjna i prenatalna uwzględniająca zdrowie ojca, matki i dziecka, formy prewencji, profilaktyki i terapii;

7) ma szacunek dla ludzkiego ciała; zna podstawy higieny; troszczy się o zdrowie: właściwe odżywianie, odpowiedni strój, sen i aktywność fizyczną;

8) pozytywnie odnosi się do osób z niepełnosprawnością, widząc w nich wartościowych partnerów w koleżeństwie, przyjaźni, miłości i rodzinie;

9) wyraża troskę o osoby chore i umierające; zachowuje pamięć o zmarłych, współtowarzyszy bliskim w przeżywaniu żałoby.

**V. Płodność.**

**Uczeń:**

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

2) potrafi przedstawić fizjologię płodności i wymienić hormony warunkujące płodność kobiet i mężczyzn;

3) zna metody rozpoznawania płodności, ich przydatność w planowaniu rodziny i diagnostyce zaburzeń;

4) przedstawia problem niepłodności; określa jej rodzaje, przyczyny, skutki; wyjaśnia na czym polega profilaktyka i leczenie;

5) definiuje pojęcie antykoncepcji i wymienia jej rodzaje, dokonuje oceny stosowania poszczególnych środków antykoncepcyjnych w aspekcie medycznym, psychologicznym, ekologicznym, ekonomicznym, społecznym i moralnym;

6) zna różnice między antykoncepcją a naturalnym planowaniem rodziny, zapłodnieniem in vitro a naprotechnologią;

7) rozumie, czym jest ciąża i poród oraz jak powinno wyglądać przyjęcie dziecka jako nowego członka rodziny;

8) potrafi wyjaśnić rolę i zadania szkół rodzenia oraz wartość naturalnego karmienia;

9) wie, jak istotne znaczenie, zarówno w aspekcie medycznym, psychologicznym, jak i społecznym ma gotowość członków rodziny na przyjęcie dziecka z niepełnosprawnością;

10) rozumie sytuację rodzin mających trudności z poczęciem dziecka i doświadczających śmierci dziecka przed narodzeniem;

11) wie, czym jest adopcja i rodzina zastępcza oraz jakie jest ich znaczenie dla dzieci, rodziców i społeczeństwa.

**VI. Postawy.**

**Uczeń:**

1) potrafi wymienić i uzasadnić normy chroniące życie małżeńskie i rodzinne oraz sprzeciwić się naciskom skłaniającym do ich łamania;

2) wie, że aktywność seksualna, jak każde zachowanie człowieka podlega odpowiedzialności moralnej;

3) radzi sobie w sytuacji konfliktu, presji grupy, stresu;

4) zna i stosuje zasady savoir-vivre`u w różnych sytuacjach społecznych;

5) rozumie zasady komunikacji werbalnej i niewerbalnej i jej znaczenie w relacjach interpersonalnych; przyjmuje odpowiedzialność za manifestowane reakcje, wypowiadane i pisane słowa;

6) kształtuje i wyraża postawy asertywne, gdy nie może lub nie powinien czegoś wykonać, stara się odmawiać tak, by nie ranić drugiego;

7) bierze udział w życiu społecznym przez: wolontariat, stowarzyszenia, grupy nieformalne i aktywność indywidualną; ujawnia wrażliwość na osoby potrzebujące pomocy i zna konkretne sposoby jej udzielania;

8) świadomie i odpowiedzialnie korzysta ze środków społecznego przekazu, w tym z internetu dokonując wyboru określonych treści i limitując czas im poświęcany;

9) jest odpowiedzialny za własny rozwój i samowychowanie.

**6.TEMATY DLA KLASY V:**

1. **Gdzie dom, tam serce twoje.**
2. **Rodzina-moje okno na świat.**
3. **Emocje i uczucia.**
4. **Porozmawiajmy.**
5. **Święta coraz bliżej.**
6. **Zaplanuj odpoczynek.**
7. **Mądry wybór w świecie gier.**
8. **Uprzejmość i uczynność.**
9. **Poszukiwany: przyjaciel.**
10. **Moje ciało (lekcja dla dziewcząt).**
11. **Moje ciało (lekcja chłopców).**
12. **Dojrzewam (lekcja dla dziewcząt).**
13. **Dojrzewam (lekcja dla chłopców).**
14. **Dbam o higienę (lekcja dla grupy dziewcząt).**
15. **Dbam o higienę (lekcja dla grupy chłopców).**
16. **Zdrowy styl życia (lekcja dla grupy dziewcząt).**
17. **Zdrowy styl życia (lekcja dla grupy chłopców).**
18. **Zrozumieć siebie i innych (lekcja dla grupy dziewcząt).**
19. **Zrozumieć siebie i innych (lekcja dla grupy chłopców).**