

## **WYCHOWANIE DO ŻYCIA W RODZINIE WYMAGANIA EDUKACYJNE – KLASA VI ROK SZKOLNY 2023/2024**

### **I.Z RODZINY SIĘ NIE WYRASTA – TYPY RODZIN** (jedna jednostka lekcyjna)

Uczeń potrafi:

- przedstawić rodzinę jako najmniejszą grupę (komórkę) społeczną i najważniejsze środowisko rozwoju człowieka,
- scharakteryzować różne typy rodzin: małżeńska (nuklearna), wielopokoleniowa, pełna, niepełna, zrekonstruowana),
- ukazać specyfikę i rolę rodzin zastępczych,
- wyjaśnić na czym polega adopcja.

Uczeń uświadomi sobie, że:

- najważniejsza w rodzinie jest miłość i poświęcony czas.

### **II. RODZINNE WYCHOWANIE** (jedna jednostka lekcyjna)

Uczeń potrafi:

- wyjaśnić, w czym tkwi istota wychowania w rodzinie,
- przedstawić sposoby okazywania miłości, czułości i bliskości w rodzinie,
- wskazać znaczenie zasad i norm moralnych w życiu człowieka; dla ludzi wierzących – norm religijnych,
- wskazać wagę prawdy i uczciwości oraz postawy uczynności w życiu rodzinnym.

Uczeń uświadomi sobie, że:

- wychowanie to zachęta do szukania w życiu prawdy, dobra i piękna,
- rodzina pomaga budować hierarchię wartości, które wspierają młodego człowieka w podejmowaniu życiowych decyzji.

### **III. ROZWÓJ KU DOJRZAŁOŚCI I ODPOWIEDZIALNOŚCI** (jedna jednostka lekcyjna)

Uczeń potrafi:

- określić cele życiowe związane z rozwojem i odpowiedzialnością,
- zrozumieć troskę rodziców o rozwój samodzielności ich dzieci,
- wskazać na rolę aktywności własnej w rozwijaniu swoich predyspozycji i pasji,
- określić, na czym polega samowychowanie i odpowiedzialność za własne lub czyjeś czyny.

Uczeń uświadomi sobie, że:

- dorosłość i dojrzałość to nie to samo.

### **IV. SZTUKA ROZMOWY – KOMUNIKACJA SPOŁECZNA** (jedna jednostka lekcyjna)

Uczeń potrafi:

- przedstawić proces komunikacji społecznej,
- ukazać wartość sztuki porozumiewania się w życiu rodzinnym i społecznym,
- wyjaśnić znaczenie komunikacji werbalnej i niewerbalnej,
- określić, na czym polega umiejętność słuchania,

- omówić zasady udanej komunikacji.

Uczeń uświadomi sobie, że:

- każdy z nas winien być odpowiedzialny za wypowiedane i pisane słowa oraz za manifestowane reakcje.

## **V. GDY TRUDNO SIĘ POROZUMIEĆ – KONFLIKTY** (jedna jednostka lekcyjna)

Uczeń potrafi:

- wymienić źródła powstawania sporów i nieporozumień w rodzinie,
- odróżnić nieporozumienia od konfliktów,
- omówić skutki nierozwiązanych sporów i konfliktów w rodzinie, bliższym i dalszym otoczeniu,
- wskazać na atuty komunikacji otwartości i inne czynniki ułatwiające rozwiązywanie spornych kwestii,
- przedstawić sposoby rozwiązywania sporów,
- wyjaśnić, dlaczego przepraszenie i przebaczenie są bardzo ważne w relacjach międzyludzkich.

Uczeń uświadomi sobie, że:

- nieporozumienia z rodzicami bywają bolesne i trudne, ale najważniejsza jest miłość.

## **VI. PRESJA RÓWIEŚNICZA** (jedna jednostka lekcyjna)

Uczeń potrafi:

- określić, na czym polega atrakcyjność grup rówieśniczych,
- wyjaśnić, czym jest presja grupy i dlaczego trzeba się jej przeciwstawiać,
- podać definicję asertywności,
- uzasadnić, dlaczego stanowcze mówienie „nie” wymaga dzielności i odwagi,
- wymienić sposoby asertywne-go odmawiania, • określić, czym jest stres i jakie są objawy jego przeżywania,
- wskazać sytuacje stresowe,
- wymienić sposoby radzenia sobie ze stresem.

Uczeń uświadomi sobie, że:

- radzenie sobie z presją grupy i stresem pomoże uzyskać wewnętrzną równowagę i uodpornić na czynniki zagrażające zdrowiu psychicznemu.

## **VII. ZARZĄDZANIE SOBĄ** (jedna jednostka lekcyjna osobno dla dziewcząt i chłopców)

Uczeń potrafi:

- określić, na czym polega zarządzanie sobą i efektywne wykorzystywanie czasu,
- ocenić rozkład swojego dnia,
- uzasadnić, dlaczego ważny jest higieniczny tryb życia,
- przedstawić znaczenie stosownego ubioru do różnych okoliczności,
- omówić zasady zdrowego żywienia,
- uzasadnić potrzeby aktywności fizycznej, szczególnie w okresie dorastania.

Uczeń uświadomi sobie, że:

- właściwa organizacja pracy i higieniczny tryb życia sprzyjają zdrowiu oraz dobremu samopoczuciu.

### **VIII. ZDROWY STYL ŻYCIA** (jedna jednostka lekcyjna osobno dla dziewcząt i chłopców)

Uczeń potrafi:

- określić trzy wymiary zdrowia (wg definicji WHO),
- wskazać czynniki, od których zależy zdrowie prokreacyjne,
- uzasadnić potrzebę konsultacji lekarskiej w sytuacji zaburzeń zdrowotnych układu rozrodczego.

Uczeń uświadomi sobie, że:

- konieczna jest obserwacja własnego organizmu, zgłaszanie rodzicom swoich niepokojów i jeśli zaistnieje potrzeba, konsultacja i leczenie u lekarza specjalisty.

### **IX. DOJRZEWANIE DO KOBIECOŚCI / MĘSKOŚCI** (jedna jednostka lekcyjna osobno dla dziewcząt i chłopców)

Uczeń potrafi:

- podać istotne cechy męskości i kobiecości,
- wskazać zmiany fizyczne, które przygotowują organizm dziewcząt do roli macierzyństwa / chłopca do pełnienia przyszłych życiowych ról,
- uzasadnić, że właściwe odżywianie i prowadzony tryb życia decydują o zdrowiu i kondycji nastolatka,
- wyjaśnić znaczenie akceptacji swojej płci.

Uczeń uświadomi sobie, że:

- w okresie dojrzewania uwydatniają się i kształtują cechy specyficzne dla kobiet,
- jego przyszłość istotnie zależy od przyjętego stylu życia wolnego od używek.

### **X. GODNOŚĆ CZŁOWIEKA** (jedna jednostka lekcyjna osobno dla dziewcząt i chłopców)

Uczeń potrafi:

- określić czym jest wielowymiarowość człowieka i na czym polega poczucie własnej godności,
- określić, czym jest szacunek dla ciała w kontekście godności,
- przedstawić naturalną potrzebę człowieka do zachowania intymności,
- określić zachowania, które łamią prawo do intymności,
- uzasadnić potrzebę szacunku wobec siebie i innych,
- wymienić sposoby odmowy wobec próby naruszenia intymności,
- podać przykłady postawy czujności wobec dwuznacznych zachowań,
- uzasadnić, dlaczego „nie” dla pornografii,
- podać przepisy prawa (KK), które udostępnianie pornografii nieletnim kwalifikuje jako przestępstwo.

Uczeń uświadomi sobie:

- asertywna postawa może uchronić przed zachowaniami, które mogą go narazić na niebezpieczeństwo.

## **XI. MEDIA – ŚWIADOME I BEZPIECZNE KORZYSTANIE** (jedna jednostka lekcyjna osobno dla dziewcząt i chłopców)

Uczeń potrafi:

- omówić zalety środków masowej komunikacji,
- dostrzec mechanizmy manipulacji w reklamie,
- ocenić wagę kontaktów wirtualnych i porównać z kontaktami społecznymi (koledzy, przyjaciele) w realu,
- krytycznie ocenić sieciowe informacje,
- omówić zagrożenie odpowiedzialnego korzystania z mediów elektronicznych.

Uczeń uświadomi sobie, że:

- refleksyjne podejście do mediów i analiza proponowanych treści może uchronić przed poddaniem się manipulacji i uzależnieniem.

## **XII. STALKING, HEJTING, CYBERPRZEMOC** (jedna jednostka lekcyjna osobno dla dziewcząt i chłopców)

Uczeń potrafi:

- przedstawić ryzyko uzależnienia od internetu,
- omówić zasady roztropnego korzystania z mediów,
- krytycznie ocenić sieciowy ekshibicjonizm,
- scharakteryzować zjawisko cyberprzemocy i stalkingu,
- podać listę argumentów, dlaczego „nie” dla hejtu w mediach społecznościowych.

Uczeń uświadomi sobie, że:

- kultura bycia i zasady etyczne powinny obowiązywać również w sieci.

## **XIII. POMOC I ZAANGAŻOWANIE** (jedna jednostka lekcyjna)

Uczeń potrafi:

- przedstawić trudne sytuacje z życia rodzinnego, które wymagają wsparcia najbliższych, udzielenia pomocy, okazania miłości,
- wskazać osoby z bliższego i dalszego otoczenia wymagające opieki, zainteresowania się nimi, psychicznego wsparcia,
- przedstawić sposoby radzenia sobie z doświadczeniem nudy,
- zaproponować formy zaangażowania się w działalność wolontariatu i organizacji, które z założenia pomagają i wspierają potrzebujących.

Uczeń uświadomi sobie, że:

- zdarzają się nieraz ludziom z naszego otoczenia trudne sytuacje życiowe, a wtedy osobiste zaangażowanie i pomoc mogą przynieść im ulgę, wyzwolić dobro, które daje również pomagającym radość i satysfakcję.

## **XIV. TRUDNOŚCI W OKRESIE DOJRZEWANIA** (jedna jednostka lekcyjna)

Uczeń potrafi:

- uzasadnić, dlaczego trzeba przełamać nieufność przy prośbie o pomoc,
- zwerbalizować problemy, które często nurtują młodych ludzi,
- przekazać swoje wątpliwości najbliższym, by dowiedzieć się, co sądzą o przedstawionych problemach,
- wskazać specjalistów, do których można udać się po pomoc,
- odnaleźć w internecie adresy poradni i instytucji udzielających pomocy w trudnych sytuacjach życiowych.

Uczeń uświadomi sobie:

- osoba przeżywająca trudności i kryzysy może liczyć na życzliwość i wsparcie kompetentnych osób i instytucji.