

Rozwój człowieka

Uczeń potrafi:

- zwerbalizować swoje oczekiwania wobec zajęć WDŻ,
- formułować reguły pracy na zajęciach WDŻ,
- przedstawić fazy rozwoju człowieka od narodzin do późnej starości,
- omówić charakterystyczne zmiany rozwojowe w kolejnych okresach życia człowieka,
- opisać czynniki wspomagające i zaburzające rozwój fizyczny, psychiczny, duchowy i społeczny człowieka,
- wskazać na mocne i słabsze strony różnych okresów życia człowieka.

Uczeń uświadomi sobie:

- istotną rolę rodziny w kształtowaniu postaw, tworzeniu hierarchii wartości oraz przyswajaniu norm i zgodnych z nimi zachowań.

Dojrzałość, to znaczy...

Uczeń potrafi:

- wymienić kryteria dojrzałości człowieka,
- uzasadnić konieczność samowychowania.

Uczeń uświadomi sobie:

- potrzebę przygotowania się do podjęcia w przyszłości ról małżeńskich i rodzinnych,
- że samowychowanie i samosterowanie może być satysfakcjonujące.

Dojrzewanie – rozwój fizyczny (podział na grupy)

Uczeń potrafi:

- przedstawić hormonalną regulację procesów rozrodczych kobiety i mężczyzny,
- opisać charakterystyczne zmiany zachodzące w organizmie dziewczyny i chłopaka w okresie adolescencji,
- uzasadnić celowość zmian zachodzących w organizmie,
- uzasadnić potrzebę przestrzegania higienicznego trybu życia w okresie dojrzewania.

Uczeń uświadomi sobie:

- potrzebę akceptacji zmian zachodzących w okresie dojrzewania,
- celowość przemian zachodzących w jej organizmie w perspektywie przyszłych ról życiowych.

Zmiany psychiczne w okresie dojrzewania (podział na grupy)

Uczeń potrafi:

- rozpoznać i opisać typowe problemy i trudności występujące u dziewcząt i chłopców w okresie dojrzewania,
- znaleźć sposoby radzenia sobie z trudnościami występującymi w okresie adolescencji,
- rozeznaczyć sytuacje wymagające porady lekarza lub innych specjalistów,
- podać niezbędne adresy, także internetowe oraz telefony w celu uzyskania porady i ewentualnej pomocy specjalistów.

Uczeń uświadomi sobie, że:

- w sytuacji napotkanych trudności powinna zaufać rodzicom lub innym osobom i zwrócić się do nich z prośbą o pomoc,
- istnieją specjalistyczne poradnie oraz instytucje, organizacje i stowarzyszenia, w których może uzyskać poradę i wsparcie

Pierwsze uczucia

Uczeń potrafi:

- opisać emocje towarzyszące młodzieńczym zauroczeniom,
- określić rolę empatii w poznawaniu siebie nawzajem,
- przedstawić komunikaty niewerbalne i werbalne i ich rolę w budowaniu bliższych relacji,
- wymienić dojrzałe i niedojrzałe motywacje umawiania się na randki.

Uczeń uświadomi sobie, że:

- rozstania bywają bolesne, ale powinny być kulturalne.

Przekazywanie życia (podział na grupy)

Uczeń potrafi:

- określić funkcje współżycia seksualnego,
- przedstawić zagadnienie odpowiedzialnego rodzicielstwa,
- uzasadnić, dlaczego powołanie do życia nowego człowieka powinno być decyzją świadomą i odpowiedzialną,
- wymienić warunki, które powinny być stworzone dla mającego się narodzić dziecka,
- opisać działanie gruczołów płciowych i wytwarzanych przez nie hormonów.

Uczennica uświadomi sobie, że:

- podejmowanie decyzji o współżyciu seksualnym wiąże się z odpowiedzialnością nie tylko za siebie i drugą osobę, ale także za ewentualne poczęcie dziecka,
- seksualność i intymność wymaga poważnego traktowania
- męskość to także zdolność przewidywania skutków działań również w sferze seksualnej.

Mężczyzna i kobieta. Układ rozrodczy (podział na grupy)

Uczeń potrafi:

- opisać przemiany w organizmie kobiety i mężczyzny, od których zależy ich płodność,
- (dziewczęta) rozpoznać dwie fazy cyklu owulacyjnego kobiety, wskazać w cyklu kobiety najważniejszy moment – owulację oraz wyróżnić fazę przed- i poowulacyjną, skorelować wiedzę biologiczną dotyczącą fizjologii i endokrynologii z zaobserwowanymi zmianami w cyklu.
- (chłopcy) przedstawić funkcjonowanie męskiego układu rozrodczego,
- omówić budowę i funkcjonowanie żeńskiego układu rozrodczego,

Uczeń 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

Czas oczekiwania

Uczeń potrafi:

- opisać budowę komórki jajowej i plemnika oraz proces zapłodnienia,
- przedstawić zmiany fizjologiczne w organizmie kobiety w czasie ciąży,
- uzasadnić konieczność przestrzegania higienicznego trybu życia matki oczekującej dziecka,
- omówić etapy rozwoju prenatalnego dziecka (zygota, zarodek, płód).

Uczeń uświadomi sobie, że:

- rodzice powinni od samego początku zapewnić dziecku jak najlepsze warunki życia i rozwoju.

Pierwsze kroki w szczęśliwe dzieciństwo (podział na grupy)

Uczeń potrafi:

- uzasadnić, dlaczego ważny jest w okresie ciąży kontakt matki z dzieckiem,
- podać argumenty za uczestnictwem młodych rodziców w szkole rodzenia,
- określić, czym jest naturalny poród i wskazać jego znaczenie dla dziecka,
- określić rolę mężczyzny przy porodzie,
- wymienić korzyści karmienia naturalnego zarówno dla dziecka, jak i dla matki,
- wskazać na znaczenie miłości rodziców do dziecka od pierwszych chwil jego życia,
- opisać rolę członków rodziny w przyjęciu noworodka, również chorego, niepełnosprawnego.

Uczeń uświadomi sobie, że:

- macierzyństwo i ojcostwo jest darem i życiowym zadaniem,
- miłość do dziecka jest bezwarunkowa

Komunikacja w rodzinie

Uczeń potrafi:

- przedstawić zasady otwartego i jednoznacznego komunikowania się,
- omówić najważniejsze czynniki kontaktu międzyludzkiego,
- określić rolę emocji i uczuć w życiu człowieka,
- wymienić rodzaje uczuć,
- nazywać swoje uczucia oraz wypowiadać je poprzez komunikat JA,
- hierarchicznie usystematyzować swoje uczucia,
- rozpoznawać uczucia w przekazie werbalnym i mowy ciała.

Uczeń uświadomi sobie:

- potrzebę pielęgnowania więzi rodzinnych i budowania bliskich relacji międzyludzkich,
- potrzebę wyrażania uczuć oraz formowania postawy otwartości i zaufania do osób najbliższych.

Savoir vivre, czyli zasady dobrego wychowania

Uczeń potrafi:

- zdefiniować pojęcie savoir-vivre'u,
- wymienić sytuacje, w których stosowanie form grzecznościowych ułatwia kontakty społeczne i uwalnia od negatywnych emocji i konfliktów,
- przedstawić różne postacie etykiety,
- przedstawić zasady savoir- -vivre'u w konkretnych sytuacjach rodzinnych, towarzyskich i społecznych,
- wymienić pięć zasad asertywności (sztuka dobrej odmowy).

Uczeń uświadomi sobie, że:

- kompromitujące zachowania są nietaktowne i utrudniają kontakty społeczne,
- przestrzeganie dobrych manier to także troska o innych, aby czuli się dobrze w naszej obecności.

Utrata wolności. Zagrożenia. Uzależnienia chemiczne

Uczeń potrafi:

- wymienić rodzaje uzależnień,
- przedstawić czynniki ryzyka, które sprzyjają uzależnieniom,
- omówić skutki palenia papierosów, picia alkoholu, zażywania narkotyków i dopalaczy,
- uzasadnić, że wartość życia jest najistotniejsza,
- odmówić uczestnictwa w sytuacji, która prowadzi do uzależnienia.

Uczeń uświadomi sobie, że:

- jego zdrowie i przyszłość zależą od obecnych wyborów,
- bez wypracowania postawy asertywnej łatwo może ulec naciskom grupy i wejść na drogę uzależnień.

Uzależnienia behawioralne

Uczeń potrafi:

- wymienić rodzaje uzależnień behawioralnych,
- opisać objawy uzależnienia od komputera i internetu,
- wymienić sygnały ostrzegawcze uzależniania od smartfona,
- opisać, na czym polega wewnętrzny przymus robienia zakupów,
- przedstawić problem samookaleczeń,
- opisać niszczący wpływ pornografii.

Uczeń uświadomi sobie, że:

- oprócz czynników ryzyka, istnieją także czynniki chroniące przed uzależnieniami.

Ludzie drogowskazy

Uczeń potrafi:

- zdefiniować pojęcie autorytetu,
- określić znaczenie autorytetu w życiu człowieka,
- wymienić cechy osobowości, które budują autorytet,
- odróżnić prawdziwe autorytety od pseudoautorytetów,
- dokonać wyboru właściwego autorytetu,
- przedstawić problem upadku autorytetu.

Uczeń uświadomi sobie, że:

- wybór autorytetu to samodzielna i ważna decyzja,
- istnieją różnice między autorytetem a idolem.