

*„W wychowaniu chodzi właśnie o to,  
ażeby człowiek stawał się coraz bardziej człowiekiem”  
Jan Paweł II*

# PROGRAM

*„Wychowanie do życia w rodzinie”*

*„Kim jestem, kim chcę być?”*

Opracowała:  
Dorota Świerżewska  
nauczyciel religii  
I wychowania do życia w rodzinie  
w Szkole Podstawowej nr 3  
w Zambrowie

Zambrów 2005

## I WSTĘP

Wychowanie do życia w rodzinie jest integralną częścią wychowania ogólnego młodego człowieka. Jego celem jest ukazanie wartości rodziny w życiu osobistym oraz pomoc w przygotowaniu się do zrozumienia i zaakceptowania zmian zachodzących w okresie dojrzewania, co z kolei wiąże się z rozwojem emocjonalnym dziecka.

Konstruując niniejszy program wzięłam pod uwagę takie wartości jak: godność, rodzina, macierzyństwo i ojcostwo, ważność życia ludzkiego, odpowiedzialność oraz szacunek dla innych.

Niniejszy program ma na celu między innymi pomóc młodemu człowiekowi odkryć wartość rodziny, ukształtować pozytywny stosunek do płciowości, wspierać jego rozwój emocjonalny oraz uchronić przed niektórymi zagrożeniami współczesnego świata.

Program „Kim jestem, jak chcę żyć?” został opracowany w oparciu o program wychowawczy szkoły i podstawę programową (rozporządzenie MENiS z dnia 26 lutego 2002r. – Dz. U Nr 51). Punktem wyjścia była diagnoza i potrzeby z niej wynikające.

Układ treści programowych dostosowany jest do wieku uczniów i poziomu ich rozwoju.

Program będzie realizowany jako odrębne zajęcia, ujęte w planie pracy szkoły w wymiarze 14 godzin dla ucznia, w tym 5 godzin z podziałem na grupy.

## II. CELE PROGRAMU

### Cele ogólne

- Pomoc w odkryciu roli rodziny w życiu człowieka.
- Pomoc w przygotowaniu się do zrozumienia i akceptacji przemian okresu dojrzewania.

### Cele szczegółowe:

- Ukazanie godności człowieka.
- Ukazanie roli rodziny w życiu osobistym człowieka.
- Poznanie wiedzy na temat podstawowych funkcji rodziny.
- Tworzenie prawidłowych więzi z innymi ludźmi (w rodzinie, szkole, grupie rówieśniczej).
- Pomoc uczniom w radzeniu sobie z trudną sytuacją spełnieniem roli dziecka, kolegi.
- Rozumienie i akceptowanie uczuć własnych i innych osób.
- Przygotowanie uczniów do okresu dojrzewania i pozytywnego przyjęcia przejawów związanych z rozwojem fizycznym i psychicznym.
- Ukazanie odmienności i niepowtarzalności każdego człowieka.
- Wzmocnienie poczucia własnej wartości.
- Kształtowanie pozytywnego stosunku do płciowości.
- Kształtowanie postaw prowadzących do podejmowania odpowiednich decyzji.
- Pogłębienie rozumienia takich wartości jak: miłość, życie ludzkie, płciowość, rodzina, ciało, przyjaźń, prawda, wolność.
- Wdrażanie odpowiednich norm i zachowań społecznych zgodnych z nauką chrześcijańską.
- Ochrona przed negatywnym wpływem uzależnień.

## III. OBSZARY ODDZIAŁYWANIA

1. Promowanie wartości rodziny.
2. Wspieranie rozwoju emocjonalnego.
3. Profilaktyka uzależnień.

## IV. PODMIOTY ODDZIAŁYWANIA

1. Uczniowie kl. V i VI Szkoły Podstawowej nr 3 w Zambrowie

## V. PROGRAM DZIAŁAŃ

### 1. Zadania w zakresie promowania wartości rodziny.

- kształtowanie świadomości przynależności do rodziny
- kształtowanie umiejętności kontaktowania z rodzicami, rodzeństwem i innymi członkami rodziny
- umiejętność kultywowania tradycji w rodzinie
- umiejętność właściwego przeżywania świąt

### 2. Zadania w zakresie wspierania rozwoju emocjonalnego dziecka.

- ukazanie wartości godności człowieka
- kształtowanie poczucia własnej odrębności
- kształtowanie umiejętności poznawania siebie i rozumienia innych
- nauka ćwiczeń i zachowań asertywnych
- kształtowanie umiejętności rozwiązywania konfliktów

### 3. Zadania w zakresie profilaktyki uzależnień.

- dostarczenie wiadomości o substancjach uzależniających
- uświadomienie przyczyn i skutków uzależnień
- poznawanie sposobów odmawiania i ćwiczenia reakcji asertywnych

## VI. TREŚCI PROGRAMOWE

### TREŚCI NAUCZANIA W KL. V

	<b>Treści</b>	<b>Osiągnięcia uczniów</b>	<b>Procedury osiągnięcia celów</b>
1.	Godność osoby ludzkiej	Uczeń: <ul style="list-style-type: none"><li>▪ zna pojęcie godności,</li><li>▪ podaje najistotniejsze cechy godności,</li><li>▪ podejmuje trud kształtowania charakteru.</li><li>▪ zna płaszczyzny, człowieczeństwa: zmysły, uczucia, rozum, wola.</li><li>▪ rozumie potrzebę godnego życia i postępowania.</li></ul>	Rozmowa kierowana, fotoekspresja, śniegowa kula.
2.	Moje miejsce w rodzinie.	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ docenienia rolę rodziny w swoim życiu,</li><li>▪ uświadamia sobie wpływ własnego postępowania na życie w rodzinie,</li></ul>	Rozmowa kierowana, zdania niedokończone, łańcuch skojarzeń.
3.	Podstawowe funkcje rodziny	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ zna podstawowe funkcje rodziny,</li><li>▪ rozumie potrzebę kształtowania postawy współodpowiedzialności za rodzinę,</li><li>▪ pogłębia postawę szacunku i wdzięczności wobec rodziców za życie, opiekę, wychowanie,</li><li>▪ rozumie wagę aktywnego uczestnictwa w życiu rodziny,</li></ul>	Wywiad nt. „dlaczego człowiek żyje w rodzinie?”, puzzle plakatowe, rozmowa kierowana, niedokończone zdania, praca w grupach, dyskusja.

4.	Wzmocnienie więzi rodzinnych, związków uczuciowych i inne relacje w rodzinie	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ potrafi ocenić, co ułatwia, a co utrudnia kontakty z rodzicami,</li> <li>▪ jest współodpowiedzialny za atmosferę w rodzinie,</li> <li>▪ potrafi otwarcie komunikować się z rodzeństwem,</li> <li>▪ przewiduje skutki swego zachowania,</li> </ul>	Ćwiczenia z wólczką, praca w grupach – kolaż.
5.	Zmiany psychiczne i fizyczne okresu dojrzewania	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ wie na czym polegają zmiany zachodzące w organizmie i psychice w okresie dojrzewania,</li> <li>▪ rozumie istotę tych przemian,</li> <li>▪ kształtuje postawę szacunku i akceptacji wobec własnego ciała, własnej płci i płci odmiennej,</li> </ul>	Pogadanka, wykład zobrazowany planszami, „skrzynka pytań”.
6.	Higiena okresu dojrzewania	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ wie, jak dbać o higienę osobistą,</li> <li>▪ umie zastosować przybory i środki kosmetyczne służące utrzymaniu higieny,</li> <li>▪ rozumie znaczenie prowadzenia zdrowego trybu życia,</li> </ul>	Test, wykreślanka, pogadanka, „burza mózgów”.
7.	Macierzyństwo i ojcostwo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ zna przebieg rozwoju człowieka w łonie matki,</li> <li>▪ zna zadania kobiety – matki, mężczyzny – ojca,</li> <li>▪ kształtuje postawę szacunku i wdzięczności za życie</li> <li>▪ rozumie, że każdemu życiu i matce należy się szacunek,</li> </ul>	Struktura kryształ, Pogadanka, rozmowa kierowana, śniegowa kula, pisanie listu.

8.	Istota koleżeństwa - umiejętności współżycie w grupie rówieśniczej	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ uświadamia sobie własnego udziału w budowaniu wspólnoty grupowej,</li> <li>▪ rozróżnia sytuacje, w których występuje presja grupy,</li> <li>▪ uświadamia cechy dobrego kolegi,</li> <li>▪ rozumie konieczność rozwiązywania konfliktów,</li> </ul>	Praca w grupach, rozmowa kierowana, projekcja filmu, układanie zdań z rozsypanki wyrazowej.
9.	Pozostać sobą wśród koleżanek i kolegów. Powiedzieć nie!	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ rozumie, jak ważna jest umiejętność wyboru dobrego kolegi,</li> <li>▪ umie rozpoznawać reakcje agresywne, uległe i asertywne,</li> <li>▪ zna sytuacje, w których powinien powiedzieć nie,</li> <li>▪ potrafi odmawiać, nie powodując konfliktów z rówieśnikami i otoczeniem,</li> <li>▪ przeciwiczy stosowanie zachowań asertywnych,</li> <li>▪ wie, jaki jest negatywny wpływ używek na organizm ludzki.</li> </ul>	Praca w grupach, drama, pogadanka, dyskusja.

## TREŚCI NAUCZANIA W KL. VI

Lp	Treści	Osiągnięcia uczniów	Procedury osiągnięcia celów
1.	Wartości rodziny	<p>Uczeń:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ uświadomi sobie znaczenie rodziny,</li> <li>▪ wie, że może rozmawiać z dziadkami i rodzeństwem.</li> <li>▪ zna korzyści wynikające z tych rozmów,</li> <li>▪ czuje się mocniej związany z rodziną,</li> <li>▪ dojrzy w członkach rodziny sprzymierzeńców, pomocników i doradców,</li> <li>▪ wzmocni relacje z rodzeństwem,</li> </ul>	Zdania niedokończone, praca indywidualna, album, odgrywanie ról, dyskusja.
2.	Konflikty pokoleń i ich rozwiązywanie.	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ uświadamia sobie wpływ komunikatów typu TY i JA na innych członków rodziny,</li> <li>▪ rozumie konieczność rozwiązywania konfliktów,</li> <li>▪ zna sposoby radzenia sobie w sytuacjach konfliktowych,</li> </ul>	Praca z tekstem, dyskusja, drama, niedokończone zdania, miniwykład.
3.	Kultywowanie obyczajów i tradycji rodzinnych.	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ uzmysłowi sobie po raz kolejny rolę rodziny w przekazywaniu wartości i norm moralnych,</li> <li>▪ potrafi dokonać hierarchizacji wartości,</li> <li>▪ uświadomi sobie, że</li> </ul>	Praca w grupach, niedokończone zdania, praca z tekstem



		<p>system wartości, który otrzymał przekazać kiedyś swoim dzieciom, spojrz na tradycje i zwyczaje jako na niezaprzeczalne wartości,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ aktywnie uczestniczy w życiu rodziny,</li> </ul>	
4.	Samowychowanie	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ wie, że każdy człowiek, aby się rozwijać powinien podjąć planową pracę nad swoim charakterem,</li> <li>▪ rozumie, że jest w wieku, kiedy podejmuje się decyzje wychowania samego siebie,</li> <li>▪ kształtuje pracę nad sobą,</li> </ul>	Struktura kryształu, dyskusja, metaplan, pogadanka.
5.	Odpowiedzialność – co to jest?	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ kształtuje postawę odpowiedzialności za siebie i drugą osobę,</li> <li>▪ zdobywa motywację do pracy nad sobą w kierunku podejmowania wysiłku pielęgnowania wartości w swoim życiu,</li> <li>▪ rozumie istotę odpowiedzialności za słowa, dostrzega potrzeby własne i innych,</li> </ul>	Praca w grupach, praca indywidualna, dyskusja.
6.	Moje ciało zasługuje na szacunek	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ nabędzie postawę szacunku dla własnego ciała i innych ludzi,</li> <li>▪ pozna sposoby ochrony własnej intymności,</li> </ul>	„Szkielet ryby”, miniwykład, pogadanka, dyskusja, praca w grupach.

7.	Prawo do intymności, ochrona tego prawa. Postawy asertywne.	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ kształtuje postawę szacunku i akceptacji wobec własnego ciała, własnej płci i płci odmiennej.</li> </ul>	Metaplan, rozmowa kierowana, pisanie listu, śniegowa kula
8.	Sztuka odmawiania.	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ zna sytuacje, w których powinien powiedzieć NIE,</li> <li>▪ potrafi odmawiać nie powodując konfliktów z rówieśnikami,</li> <li>▪ wie, jaki jest negatywny wpływ używek na organizm ludzki,</li> </ul>	Praca w grupach, drama, pogadanka, dyskusja.
9.	Mass media - zasady wyboru czasopism i filmów	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ potrafi wzmocnić swój krytycyzm wobec mediów,</li> <li>▪ rozumie, że pewne postawy i zachowania z filmów, niekiedy bezwiednie przenosi do życia,</li> <li>▪ jest świadom, że od niego zależy, jak organizuje sobie czas wolny i jakie będzie miał z tego korzyści.</li> <li>▪ Umiejętnie korzysta z mas mediów.</li> </ul>	Pogadanka, dyskusja, śpiew, zabawa.

## VII. METODY EWALUACJI

1. Ankieta przeprowadzona wśród rodziców i dzieci
2. Wywiady z dziećmi
3. Scenariusze zajęć.
4. Frekwencja na zajęciach

## VIII. LITERATURA

1. Program wychowawczy Szkoły Podstawowej nr 3 w Zambrowie.
2. Wygrajmy razem, scenariusze zajęć, B. Charczuk, Kraków 2003 r.
3. Program nauczania dla szkoły podstawowej „Wychowanie do życia w rodzinie” T. Król, K. Maśnik, G. Węglarczyk, nr.DKW-4014-253A\99
4. Wychowanie do życia w rodzinie – Program nauczania dla szkoły podstawowej. Ewa Ozimek, nr DKW- 4014-84/00

## **SPIS TREŚCI**

I. Wstęp	1
II. Cele programu	2
1. Cele ogólne	2
2. Cele szczegółowe	2
III. Obszary oddziaływania	2
IV. Podmioty oddziaływania	3
V. Program działań	3
1. Zadania w zakresie promowania wartości rodziny	3
2. Zadania w zakresie wspierania rozwoju emocjonalnego	3
3. Zadania w zakresie profilaktyki uzależnień	3
VI. Treści programowe	4
1. Treści nauczania w klasie V	4
2. Treści nauczania w klasie VI	7
VII. Metody ewaluacji	10
VIII. Literatura	