



Plan pracy **Wychowanie do życia w rodzinie** **Klasa IV-VIII**

Warunki realizacji i zasady uczestnictwa

1. Dla wszystkich uczniów klas IV-VIII organizowane są zajęcia edukacyjne „Wychowanie do życia w rodzinie”.
2. Udział ucznia w zajęciach „Wychowanie do życia w rodzinie” nie jest obowiązkowy.
3. Uczeń nie bierze udziału w zajęciach, jeżeli jego rodzice zgłoszą dyrektorowi szkoły w formie pisemnej rezygnację z udziału ucznia w zajęciach.
4. Rodzice w dowolnym momencie mogą cofnąć swoją zgodę na uczestnictwo dziecka w zajęciach lub wyrazić swoją zgodę.
5. Uczniowie, których rodzice nie wyrazili zgody na uczestniczenie ich dzieci w zajęciach „Wychowania do życia w rodzinie”, mają zapewnioną opiekę w świetlicy szkolnej.
6. Zajęcia nie podlegają ocenie i nie mają wpływu na promocję ucznia do klasy programowo wyższej ani na ukończenie szkoły przez ucznia.
7. Na realizację zajęć WDŻ w szkołach publicznych przeznaczają się w szkolnym planie nauczania, w każdym roku szkolnym, dla uczniów poszczególnych klas, po 14 godzin, w tym po 5 godzin z podziałem na grupy dziewcząt i chłopców.
8. Uczestnictwo w zajęciach jest
9. W szkole realizowany jest program Bożeny Strzemiecznej „Moje dorastanie”, ścieżka o emocjach na podstawie publikacji Gdańskiego Wydawnictwa Psychologicznego oraz elementy programu profilaktycznego „Młodzież na Rozdrożu”.



Cele kształcenia – wymagania ogólne

1. Ukazywanie wartości rodziny w życiu osobistym człowieka. Wnoszenie pozytywnego wkładu w życie swojej rodziny.
2. Okazywanie szacunku innym ludziom, docenianie ich wysiłku i pracy, przyjęcie postawy szacunku wobec siebie.
3. Pomoc w przygotowaniu się do zrozumienia i akceptacji przemian okresu dojrzewania. Pokonywanie trudności okresu dorastania.
4. 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.
5. 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.
6. Uświadomienie i uzasadnienie potrzeby przygotowania do zawarcia małżeństwa i założenia rodziny. Zorientowanie w zakresie i komponentach składowych postawy odpowiedzialnego rodzicielstwa.
7. Korzystanie ze środków przekazu, w tym z Internetu, w sposób selektywny, umożliwiający obronę przed ich destrukcyjnym oddziaływaniem.



Rozkład materiału nauczania dla klasy IV szkoły podstawowej

- 9 godzin realizowanych koedukacyjnie, 5 godzin z grupą dziewczynek, 5 godzin z grupą chłopców,

Temat i numeracja lekcji	Treści nauczania	Ilość godzin	uwagi
1) Nasze zasady klasowe	- tworzymy klasę - zapoznanie z programem nauczania	1	
2) Nasze rodziny	- rola i miejsce rodziny w społeczeństwie - typy struktury rodziny	1	
3) Relacje rodzinne	- szacunek do rodzeństwa, rodziców, dziadków - atmosfera w rodzinie	1	
4) Niezapomniane chwile	- atmosfera panująca w rodzinie - wspólne świętowanie - wartości i tradycje ważne w rodzinie	1	
5) Jak być dobrym przyjacielem?	- relacje międzysobowe - cechy dobrego przyjaciela?		
6) Tacy sami	- potrzeba i wartość wzajemnego szacunku, empatii - postawy wobec osób niepełnosprawnych	1	
7) Zdrowy styl życia – gra towarzyska	- troska o zdrowie. - zasady współpracy w grupie	1	
8) Czy wiesz, co jesz?	- troska o zdrowie - właściwe odżywianie		
9) Złota reguła	- szacunek, odpowiedzialność, uczciwość	1	
10) Wirtualny świat	- świat rzeczywisty i świat wirtualny, gry komputerowe, Internet i portale społecznościowe	1	
11) UWAGA NIEBEZPIECZEŃSTWO	- uzależnienia i jego konsekwencje - instytucjonalna pomoc rodzinie: uzależnienia, zachowania ryzykowne	1	Gr. Dz.
12) UWAGA NIEBEZPIECZEŃSTWO	- uzależnienia i jego konsekwencje - instytucjonalna pomoc rodzinie: uzależnienia, zachowania ryzykowne	1	Gr. Chł.
13) Czas na zmiany	- dojrzewanie dziewcząt	1	Gr. Dz.
14) Czas na zmiany	- dojrzewanie chłopców	1	Gr. Chł.
15) Przemoc wobec dzieci	- przemoc wobec dzieci	1	Gr. Dz.
16) Przemoc wobec dzieci	- przemoc wobec dzieci	1	Gr. Chł.



Szkoła Podstawowa
im. Szarych Szeregów w Górkach
Plan pracy w roku szkolnym 2024/25
Wychowanie do życia w rodzinie klasy 4-8

17) Higiena codzienna okresu dojrzewania	- metody dobrej organizacji czasu - zdrowy styl życia - podstawowe zasady higieny	1	Gr. Dz.
18) Higiena codzienna okresu dojrzewania	- zdrowy styl życia - zachowania sprzyjające i zagrażające zdrowiu	1	Gr. Chł.
19) Grunt to rodzinka	- pomysły, jak wspólnie spędzać czas i wakacje - potrzeba więzi w rodzinie	1	



Rozkład materiału nauczania dla klasy V szkoły podstawowej

- 9 godzin realizowanych koedukacyjnie, 5 godzin z grupą dziewczynek, 5 godzin z grupą chłopców,

Temat i numeracja lekcji	Treści nauczania	Ilość godzin	uwagi
1) Poznajemy się – gry i zabawy integracyjne, zakres obowiązujących treści w klasie V.	- tworzenie zgranej grupy - zabawy integracyjne - zasady obowiązujące w trakcie zajęć	1	
2) Mój dom	- podstawowe funkcje rodziny - różnorodne formy rodzin - miejsce dziecka w rodzinie - atmosfera życia rodzinnego	1	
3) Moja historia. Wartości i tradycje rodzinne	- przekaz wartości i tradycji w rodzinie - więź rodzinna	1	
4) Koleżeństwo, ale jakie?	- cechy dobrego kolegi - rozwiązywanie konfliktów	1	
5) Dekalog przyjaźni.	- cechy dobrego przyjaciela? - test typu, czy nadajesz się na przyjaciela?		
6) Moja szkoła. (Ja jako uczennica ; uczeń)	- budowanie poczucia wiary we własne możliwości - rozwijanie umiejętności samooceny - umiejętne kierowanie własnym rozwojem	1	
7) Moje uczucia i emocje	- emocje i uczucia - empatia	1	Gr. Dz.
8) Moje uczucia i emocje	- emocje i uczucia - empatia		Gr. Chł.
9) Moja samoocena	- pozytywne myślenie - emocje, uczucia - empatia	1	
10) Moje prawa i obowiązki	- Prawa Dziecka - postawy asertywne - obowiązki wynikające z posiadanych praw	1	Gr. Dz.
11) Moje prawa i obowiązki	- Prawa Dziecka - postawy asertywne - obowiązki wynikające z posiadanych praw	1	Gr. Chł.
12) Moje bezpieczeństwo	- akceptacja i szacunek dla ciała - postawy asertywne - obowiązki wynikające z posiadanych praw	1	GR. Dz.
13) Moje bezpieczeństwo	- akceptacja i szacunek dla ciała - postawy asertywne - obowiązki wynikające z posiadanych	1	Gr. Chł.



Szkoła Podstawowa
im. Szarych Szeregów w Górkach
Plan pracy w roku szkolnym 2024/25
Wychowanie do życia w rodzinie klasy 4-8

	praw		
14) Moje dorastanie. Dziewczęta	- zmiany fizyczne i psychiczne okresu dojrzewania - dojrzewanie dziewcząt	1	Gr. Dz.
15) Moje dorastanie. Chłopcy	- zmiany fizyczne i psychiczne okresu dojrzewania - dojrzewanie chłopców	1	Gr. Chł.
16) Moja dieta. Zdrowy styl życia	- Promocja zdrowych nawyków żywieniowych - zdrowy styl życia	1	
17) Mój dzień	- metody dobrej organizacji czasu - zdrowy styl życia - podstawowe zasady higieny	1	
18) Moje dorastanie – gra towarzyska. Co sprzyja zdrowiu, a co zagraża?	- zdrowy styl życia - zachowania sprzyjające i zagrażające zdrowiu	1	
19) Świat wirtualny. Bezpieczne korzystanie ze środków przekazu.	-świat rzeczywisty i świat wirtualny - zagrożenia: gry komputerowe, Internet, portale społecznościowe	1	Gr. Chł.



Rozkład materiału nauczania dla klasy VI szkoły podstawowej

- 9 godzin realizowanych koedukacyjnie, 5 godzin z grupą dziewczynek, 5 godzin z grupą chłopców,

Temat i numeracja lekcji	Treści nauczania	Ilość godzin	uwagi
1)Poznajmy się lepiej – gry i zabawy integracyjne, zakres obowiązujących treści w klasie VI. Kodeks grupy	- tworzymy grupę - samopoznanie i samoświadomość - program nauczania na tym etapie rozwojowym	1	
2) Moja rodzina	- relacje w rodzinie - obowiązki i odpowiedzialność członków rodziny - konflikty i ich rozwiązywanie - osoby starsze w rodzinie	1	
3) Moje rodzinne tradycje	- przekaz wartości i tradycji w rodzinie - wspólne świętowanie	1	
4) Mój wolny czas	- formy spędzania wolnego czasu - hobby w życiu człowieka - bezpieczeństwo w Internecie - kierowanie własnym rozwojem	1	
5) Moje problemy	- problemy nastolatków i ich rozwiązywanie - współpraca - empatia	1	
6) Moje decyzje	- wybory i decyzje nastolatków - wartości w życiu człowieka	1	
7) Moje dojrzewanie	- dojrzewanie - płeć – różnice w budowie fizycznej i psychicznej kobiety i mężczyzny	1	Gr. Dz.
8) Moje dojrzewanie	- dojrzewanie - płeć – różnice w budowie fizycznej i psychicznej kobiety i mężczyzny	1	Gr. Chł.
9) Moje ciało	- budowa układu rozrodczego człowieka - zapłodnienie	1	Gr. Dz.
10) Moje ciało	- budowa układu rozrodczego człowieka - zapłodnienie	1	Gr. Chł.
11) Moja intymność	- intymność seksualna - presja i przemoc seksualna	1	Gr. Dz.
12) Moja intymność	- intymność seksualna - presja i przemoc seksualna	1	GR. Chł.
13) Moja historia	- rola układów rozrodczych człowieka - komórki rozrodcze - zapłodnienie	1	Gr. Dz.
14) Moja historia	- rola układów rozrodczych człowieka - komórki rozrodcze - zapłodnienie	1	Gr. Chł.
15, 16) Moje pierwsze dni życia	- ciąża	1	Jednostka



Szkoła Podstawowa
im. Szarych Szeregów w Górkach
Plan pracy w roku szkolnym 2024/25
Wychowanie do życia w rodzinie klasy 4-8

	- rozwój płodu - przyjęcie dziecka jako nowego członka rodziny - macierzyństwo, ojcostwo		tematycznie dwugodzinna razem dla klasy
17) Moja higiena	- podstawowe zasady higieny okresu dojrzewania - środki higieny osobistej	1	Gr. Dz.
18) Moja higiena	- podstawowe zasady higieny okresu dojrzewania - środki higieny osobistej	1	Gr. Chł
19) Mój styl życia	- zdrowy styl życia - zachowania sprzyjające i zagrażające zdrowiu	1	



Rozkład materiału nauczania dla klasy VII szkoły podstawowej

- 9 godzin realizowanych koedukacyjnie, 5 godzin z grupą dziewczynek, 5 godzin z grupą chłopców,

Temat i numeracja lekcji	Treści nauczania	Ilość godzin	uwagi
1) O CZYM BĘDZIEMY ROZMAWIAĆ NA LEKCJACH WDŹWR W KLASIE VII?	- Program nauczania wychowania do życia w rodzinie. - Zasady współpracy w grupie.	1	
2) POZNAJ SIEBIE	Odpowiedzialność za własny rozwój: samowychowanie. Przewidywane osiągnięcia uczniów - Nabranie umiejętności refleksyjnego spojrzenia na siebie. - Uświadomienie sobie, że jest się odpowiedzialnym za własny rozwój. - Rozwijanie umiejętności życiowych, pozytywnych motywacji oraz doceniania samego siebie. - Zrozumienie potrzeby omawiania i rozwiązywania problemów wieku młodzieńczego i sposobów radzenia sobie z nimi.	1	
3) i 4) WAŻNE DECYZJE	- Odpowiedzialność za własny rozwój: samowychowanie, odpowiedzialność, szacunek; - Rola autorytetów w życiu człowieka. Osoby uznane za autorytety. - Formacyjna rola rodziny w zakresie wartości, norm, postaw i zachowań.	2	
5) ASERTYWNOŚĆ NA CODZIEN	- Kształtowanie i wyrażanie postaw asertywnych. - Zasady komunikacji werbalnej i niewerbalnej. - Odpowiedzialność za swoje reakcje.	1	
6) JAK SIĘ DOGADAĆ W RODZINIE?	- Relacje rodzinne. - Konflikt pokoleń - przyczyny i sposoby rozwiązywania.	1	
7) JAK BYĆ DOBRYM PRZYJACIELEM?	- Relacje międzyosobowe, ich znaczenie w rozwoju społeczno-emocjonalnym. - Istota koleżeństwa i przyjaźni.	1	
8) SAVOIR- VIVRE DLA KAŻDEGO	- Dobre maniery i savoir-vivre. - Przyjęte normy zachowania w różnych miejscach i sytuacjach. - Słowniczek i wyrażenia związane z tematem lekcji (zwroty, pozdrowienia, wyrażanie prośby, odpowiadanie, zachowania w miejscach publicznych,	1	



Szkoła Podstawowa
im. Szarych Szeregów w Górkach
Plan pracy w roku szkolnym 2024/25
Wychowanie do życia w rodzinie klasy 4-8

	odmawianie, słownictwo związane z dobrymi obyczajami).		
9) ETAPY DOJRZAŁOŚCI	- Etapy dojrzałości. - Emocje.	1	Gr. Dz.
10) ETAPY DOJRZAŁOŚCI	- Etapy dojrzałości. - Emocje.	1	Gr. Chł.
11) W CYFROWYM ŚWIECIE	Środki masowego przekazu. - Świat rzeczywisty i świat wirtualny: gry komputerowe, Internet, portale społecznościowe. - Bezpieczeństwo w Internecie.	1	
12) MIŁOŚĆ NIEJEDNO MA IMIĘ	- Zakochanie i miłość.	1	
13) Krok do dorosłości	- Rola poszczególnych narządów układu rozrodczego. - Zapłodnienie.	1	GR. Dz.
14) Krok do dorosłości	- rola układów rozrodczych człowieka - komórki rozrodcze - zapłodnienie	1	Gr.Chł.
15) Moje niepokoje	- Problemy związane z dojrzewaniem. Wychowanie do życia w rodzinie Moje dorastanie. Taurus Edukacja i Kultura str. 57 - Popęd płciowy w okresie dojrzewania. - Zmiany psychiczne towarzyszące pokwitaniu.	1	Gr. Dz.
16) Moje niepokoje	- Problemy związane z dojrzewaniem. Wychowanie do życia w rodzinie Moje dorastanie. Taurus Edukacja i Kultura str. 57 - Popęd płciowy w okresie dojrzewania. - Zmiany psychiczne towarzyszące pokwitaniu	1	Gr. Chł.
17) Moja higiena	- podstawowe zasady higieny okresu dojrzewania - środki higieny osobistej	1	Gr. Dz.
18) Moja higiena	- podstawowe zasady higieny okresu dojrzewania - środki higieny osobistej	1	Gr. Chł
19) Mój styl życia	- zdrowy styl życia - zachowania sprzyjające i zagrażające zdrowiu	1	



Rozkład materiału nauczania dla klasy VIII szkoły podstawowej

- 9 godzin realizowanych koedukacyjnie, 5 godzin z grupą dziewczynek, 5 godzin z grupą chłopców,

Temat i numeracja lekcji	Treści nauczania	Ilość godzin	uwagi
1) MĘSKOŚĆ, KOBIECOŚĆ	- Podstawowe informacje o rozwoju seksualnym człowieka: tożsamość płciowa - kobiecość i męskość. - Różnice psychoseksualne między kobietami i mężczyznami. - System poradnictwa dla dzieci i młodzieży.	1	
2) ETAPY MIŁOŚCI	- zakochanie, miłość romantyczna, miłość dojrzała	1	
3) INICJACJA SEKSUALNA	- Cieleśność, płciowość seksualność. - Inicjacja seksualna. - Związek pomiędzy aktywnością seksualną a miłością i odpowiedzialnością; - Ryzyko związane z wczesną inicjacją	1	
4) MAŁŻEŃSTWO	- Dojrzałość do małżeństwa i założenia rodziny. - Kryteria wyboru współmałżonka. - Wychowanie do życia w rodzinie Moje dorastanie. Taurus Edukacja i Kultura str. 61 - Wartości związane z seksualnością człowieka: miłość, małżeństwo, odpowiedzialność. - Normy chroniące życie małżeńskie i rodzinne	1	
5) RODZICIELSTWO	- Miejsce rodziny w społeczeństwie. - Funkcje rodziny: prokreacyjna, opiekuńcza, wychowawcza oraz ich znaczenie na poszczególnych etapach rozwoju człowieka.	1	
6) PLANOWANIE RODZINY	- Główne funkcje płciowości: wyrażanie miłości, budowanie więzi i rodzicielstwo. - Metody naturalnego planowania rodziny. Metody rozpoznawania płodności. - Metody i środki antykoncepcyjne. Aspekt zdrowotny, psychologiczny i etyczny.	1	Gr Dz.
7) PLANOWANIE RODZINY	- Główne funkcje płciowości: wyrażanie miłości, budowanie więzi i rodzicielstwo. - Metody naturalnego planowania rodziny. Metody rozpoznawania płodności. - Metody i środki antykoncepcyjne. Aspekt zdrowotny, psychologiczny i etyczny.	1	Gr. Chł.
8) WYCHOWANIE DZIECI W	- Odpowiedzialne rodzicielstwo.	1	



Szkoła Podstawowa
im. Szarych Szeregów w Górkach
Plan pracy w roku szkolnym 2024/25
Wychowanie do życia w rodzinie klasy 4-8

RODZINIE	- Wychowanie dzieci w rodzinie. - Formacyjna rola 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. - Instytucjonalna pomoc rodzinie w różnych sytuacjach życiowych.		
9) WARTOŚĆ ŻYCIA	- Życie jako wartość.	1	
10) PRZEBIEG I HIGIENA CIĄŻY	- Przebieg i higiena ciąży. - Rozwój człowieka: faza prenatalna, narodziny.	1	
11) ROZWÓJ CZŁOWIEKA - CIĄGLE W DRODZE	- Ontogeneza człowieka. - Miejsce dziecka w rodzinie i jej rola.	1	
12) PROBLEMY EMOCJONALNE MŁODZIEŻY	- Problemy i trudności nastolatków związane z okresem dojrzewania: (napięcia seksualne, tożsamość). - Wychowanie do życia w rodzinie <i>Moje dorastanie</i> . Taurus Edukacja i Kultura str. 67 - Zagrożenia okresu dojrzewania: narkomania, presja seksualna, uzależnienia, pornografia, prostytutka nieletnich, anoreksja. - Pomoc w rozeznaniu sytuacji wymagających porady lekarza lub innych specjalistów. - Różnice w rozwoju psychoseksualnym dziewcząt i chłopców; postawy i wzajemne oczekiwania.	1	
13) ŚRODKI MASOWEGO PRZEKAZU	- Środki masowego przekazu i ich wpływ na osobowość i życie młodego człowieka. - Zagrożenia w okresie dojrzewania.	1	Gr.Chł.
14) CHOROBY PRZENOSZONE DROGĄ PŁCIOWĄ	- Infekcje przenoszone drogą płciową - drogi przenoszenia zakażenia, profilaktyka, aspekt społeczny.	1	Gr. Dz.
15) CHOROBY PRZENOSZONE DROGĄ PŁCIOWĄ	- Infekcje przenoszone drogą płciową - drogi przenoszenia zakażenia, profilaktyka, aspekt społeczny.	1	Gr Chł.
16) PRZEMOC I NADUŻYCIA SEKSUALNE	- Przemoc i nadużycia seksualne wobec młodzieży.	1	Gr. Dz.
17) PRZEMOC I NADUŻYCIA SEKSUALNE	- Przemoc i nadużycia seksualne wobec młodzieży.	1	Gr. Chł
18, 19) Zaplątani w sieć	Formy cyberprzemocy, skutki, działania prawne	2	