

TERESA KRÓL

# WĘDRUJĄC<sup>KU</sup> DOROSŁOŚCI

Wychowanie do życia w rodzinie

## PROGRAM NAUCZANIA

8

# WĘDRUJĄC<sup>KU</sup> DOROSŁOŚCI

Teresa Król

## PROGRAM NAUCZANIA

Wychowanie do życia w rodzinie  
dla uczniów klasy 8 szkoły podstawowej

Wydawnictwo Rubikon 2018

© Copyright 2018 by Katarzyna Król Wydawnictwo i Hurtownia **Rubikon**

Adiustacja i korekta: Anna Grochowska-Piróg

Projekt graficzny i skład: Marcin Nowak

Program nauczania zgodny z podstawą programową kształcenia ogólnego określoną w rozporządzeniu Ministra Edukacji Narodowej z dnia 14 lutego 2017 r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół (Dz.U. poz. 356)

---

ISBN 978-83-65217-26-4

Katarzyna Król Wydawnictwo i Hurtownia Rubikon

ul. Na Leszczu 17, 30-376 Kraków

tel. 12 398 18 43, fax. 12 398 18 44

www.**KsiegarniaRubikon**.pl

REGON 351450547, NIP 944-147-11-82

---

# Spis treści

Wstęp .....	5	Lekcja 10	Choroby przenoszone drogą płciową .....	23
Wychowanie do życia w rodzinie. Nowa podstawa programowa .....	10	Lekcja 11	AIDS .....	24
Lekcja 1 Budowanie relacji międzysobowych .....	14	Lekcja 12	Metody rozpoznawania płodności (lekcja dla grupy dziewcząt) .....	25
Lekcja 2 Na początek: zakochanie .....	15	Lekcja 13	Metody rozpoznawania płodności (lekcja dla grupy chłopców) .....	26
Lekcja 3 O etapach i rodzajach miłości .....	16	Lekcja 14	Antykoncepcja i środki wczesnoporonne (lekcja dla grupy dziewcząt) .....	27
Lekcja 4 Rozwój psychoseksualny człowieka (lekcja dla grupy dziewcząt) .....	17	Lekcja 15	Antykoncepcja i środki wczesnoporonne (lekcja dla grupy chłopców) .....	28
Lekcja 5 Rozwój psychoseksualny człowieka (lekcja dla grupy chłopców) .....	18	Lekcja 16	Niepłodność i wielkie pragnienie dziecka .....	29
Lekcja 6 Seksualność człowieka (lekcja dla grupy dziewcząt) .....	19	Lekcja 17	Inicjacja seksualna. Czy warto czekać? .....	30
Lekcja 7 Seksualność człowieka (lekcja dla grupy chłopców) .....	20	Lekcja 18	Dojrzałość do małżeństwa .....	31
Lekcja 8 Przedwczesna inicjacja seksualna (lekcja dla grupy dziewcząt) .....	21	Lekcja 19	Wobec choroby, cierpienia i śmierci .....	32
Lekcja 9 Przedwczesna inicjacja seksualna (lekcja dla grupy chłopców) .....	22	Ewa Kosińska, Mariola Wacławik. Opinie o programie .....		33



# Wstęp

## 1. WDŻ – zadania rodziny i szkoły

Na mocy prawa (art. 4 ustawy o planowaniu rodziny z dnia 7 stycznia 1993 r.) szkoła stała się miejscem przekazywania wiedzy o ludzkiej płciowości, małżeństwie i prokreacji. Ta wiedza z założenia powinna mieć charakter holistyczny (całościowy), ponieważ człowiek jest istotą wielowymiarową: biologiczną, psychiczną, społeczną i duchową. Jesteśmy zdolni do wartościowania i porządkowania procesów, reakcji i zjawisk. Potrafimy doskonalić siebie i kontrolować. Ma to istotne znaczenie przy podejmowaniu wielu zadań związanych z życiem małżeńskim i rodzinnym, które większość wychowanków kiedyś rozpocznie. W polskiej rzeczywistości coraz wyraźniej zaznacza się kryzys rodziny, obserwowany wcześniej w krajach Europy Zachodniej i Północnej. Spada liczba zawieranych małżeństw, występuje niski przyrost demograficzny i wzrasta liczba rozwodów. Dlatego trzeba mieć nadzieję, że szkolne zajęcia wychowanie do życia w rodzinie będą wspierać rodziców w przygotowaniu młodego pokolenia do szczęśliwego, świadomego życia rodzinnego.

Rodzice wprowadzają swoje dzieci w świat umiejętności, obowiązków, norm i wartości, realizując funkcję opiekuńczą i wychowawczą. Młody człowiek, obserwując i uczestnicząc w życiu rodzinnym, przyjmuje wzorce zachowań, rozwiązywania problemów i wzajemnych odniesień.

Zajęcia prorodzinne w szkole uzupełniają wychowawczą funkcję rodziny, przekazując wiedzę, umiejętności i stymulując do rozwoju sfery poznawczej, emocjonalnej, psychicznej, społecznej i etycznej. Proces wychowania na lekcjach WDŻ jest spotkaniem osób: wychowanka i wychowującego, który nie tylko przekazuje wiadomości z różnych dziedzin, ale może także wesprzeć nastolatka w trudnym okresie rozwojowym, wzbudzić ciekawość świata i wskazać zasady oraz wartości stymulujące jego rozwój.

## 2. Różne odniesienia do seksualności – różne programy\*

Podstawa programowa WDŻ, program nauczania i podręcznik uwrażliwiają uczniów na potrzeby drugiego człowieka, mobilizują do

samowychowania i poszanowania godności swojej i innych ludzi. Te sprawy nabierają szczególnego znaczenia w kontekście seksualności i przyszłych ról małżeńskich i rodzicielskich.

W odróżnieniu od edukacji seksualnej, czyli permissywnego ujęcia ludzkiej seksualności, wychowanie prorodzinne prowadzi do wytworzenia poczucia odpowiedzialności moralnej, zgodnej z normami i wartościami. Do tych wartości zaliczamy m.in.: miłość, abstynencję seksualną, trwałość małżeństwa, szanowanie uczuć i szacunek dla życia człowieka. Ten typ edukacji został zakwalifikowany przez Amerykańską Akademię Pediatrii\*\* do typu A. Tymczasem edukacja seksualna typu B stawia sobie za cel uświadomienie dzieciom/młodzieży różnego rodzaju zachowania seksualne z przesłaniem, że człowiek jest całkowicie zdeterminowany biologiczną sferą popędu. Informacja, że popęd seksualny wyznacza cały rozwój człowieka jako osoby, jest ogromnym uproszczeniem i ograniczeniem jego wymiarowości. W programie edukacji seksualnej wiedza o seksie jest uzupełniona profilaktyką chorób przenoszonych drogą płciową (w tym AIDS), jednak informacje te nie są związane z żadnym programem wychowania. Inicjatory edukacji seksualnej wyrażają przekonanie, że znajomość mechanizmów funkcjonowania

płciowości zminimalizuje podejmowanie przez dzieci i młodzież tzw. ryzykownych zachowań seksualnych. W tym założeniu nie powinny pojawiać się nieplanowane ciążę, aborcje, choroby STD czy przemoc na tle seksualnym. Takie przekonanie znajduje wyraz w programach edukacji seksualnej w krajach Europy Północnej (np. w Szwecji) oraz Zachodniej (np. w Niemczech). To podejście, określane mianem edukacji permissywnej, stało się podstawą dokumentu „Standardy edukacji seksualnej w Europie” opracowanego w Niemczech pod auspicjami WHO w 2012 roku. We wstępie autorzy piszą, że „seksualność pojawiająca się i rozwijająca w okresie młodzieńczym nie jest traktowana przede wszystkim jako problem i zagrożenie, ale jako istotne źródło rozwoju osobistego człowieka”. Skutki wdrożenia do szkół edukacji permissywnej są szeroko znane. W Niemczech na masową skalę rośnie liczba nadużyć seksualnych wśród dzieci i młodzieży. Oficjalne szacunki mówią o 12–15 tys. przypadków dziennie, najwyższą grupę ryzyka stanowią młodociani w wieku 14–16 lat.

W Polsce po 20 latach realizacji edukacji seksualnej typu A o charakterze prorodzinnym i proabstynenckim można mówić o umiarkowanym, ale pewnym sukcesie. Liczba zakażeń wirusem HIV i zachorowań na AIDS od wielu lat utrzymuje się na stabilnym poziomie ok. 900 przypadków nowych zakażeń HIV rocznie. Wskaźnik przerwania ciąży przez polskie nastolatki jest najniższy w Europie (nawet kilkaset razy niższy

niż w Szwecji). Odsetek polskich piętnastolatków po inicjacji seksualnej jest także jednym z najniższych (dane EUROSTATU). Jedynie relatywnie wysoka jest częstotliwość urodzeń dzieci przez nastoletnie matki, ale w świetle prawa są one już najczęściej pełnoletnie (przeważają osiemnasto- i dziewiętnastolatki).

Można więc stwierdzić, że częstotliwość tzw. ryzykownych zachowań seksualnych wśród naszych adolescentów jest mniejsza niż w krajach realizujących program edukacji seksualnej typu B. Jednakże seksualizacja dzieci i młodzieży w Polsce nabiera tempa, bo seks staje się wszechobecny w sferze publicznej. Dzieci i młodzież bezustannie konfrontują się z treściami o charakterze erotycznym (filmy, reklamy, billboardy, spektakle). Zaglądają też na strony pornograficzne.

Zajęcia wychowania do życia w rodzinie stały się częścią wielkiej batalii o rozumienie człowieka. Ludzka płciowość może w pełni realizować się tylko w ramach miłości, która nie ogranicza się do fizjologii, szukania i konsumowania wrażeń. Wychowanie do miłości jest realizacją dobra, służby i odpowiedzialności. Zadaniem rodziny i szkoły jest towarzyszenie dzieciom i młodzieży w ich wzrastaniu. Jeżeli wskażemy, że w dziedzinie płci, tak jak w innych sferach istnieje pewna harmonia i porządek, i jeśli je młodzież zachowa, wówczas zapewni sobie szansę doświadczenia satysfakcji i radości oraz spełnienia.

### 3. Zasady wychowania prorodzinnego

Podstawowym celem wychowania do życia w rodzinie, obok przekazu wiedzy, jest stymulowanie uczniów do rozwoju zintegrowanej osobowości. Ten wysiłek edukacyjny opiera się na istotnych zasadach opracowanych przez prof. Krystynę Ostrowską\*\*\*:

- 1) Zajęcia edukacyjne wychowanie do życia w rodzinie powinny być traktowane z całą powagą, jakiej domaga się praca z człowiekiem, któremu przysługuje godność, szacunek, wolność, miłość i troska.
- 2) Uczeń jest członkiem rodziny, ma więc przeszłe i aktualne doświadczenia rodzinne, posiada pewną wiedzę o rodzinie wyniesioną z własnego życia oraz obserwacji innych. Rodzina, w której dziecko żyje, jest ze swej natury pierwszym wychowawcą i nauczycielem w tym zakresie. Rodzice mają niezbywalne prawo i obowiązek wychowywać swoje dzieci. Szkoła nie działa w próżni, musi uwzględniać przeszłe i aktualne doświadczenia dziecka.
- 3) Rodzina wprowadza dzieci w rzeczywistość duchową, religijną, moralną, więc wychowanie do życia w rodzinie nie może abstrahować od tożsamości religijnej uczniów oraz ich rozwoju religijnego, nie może być zamknięte na oficjalne nauczanie Kościołów.

- 4) Wychowanie do życia w rodzinie opiera się na fundamencie wartości i te wartości muszą być jasno akcentowane i uwyrażniane. Przede wszystkim chodzi o takie wartości, jak: życie ludzkie, prawda, miłość, odpowiedzialność, wiara i szacunek dla człowieka.
- 5) Nauczyciel prowadzący zajęcia edukacyjne wychowanie do życia w rodzinie powinien być autentyczny, to znaczy być w zgodzie ze sobą. Nie może uczyć i przekazywać wiedzy o wartościach oraz normach, których sam nie podziela i nie urzeczywistnia.
- 6) Przekaz wiedzy, pomoc w zdobyciu umiejętności i stymulowanie rozwoju osobowości powinny być dostosowane do wieku oraz poziomu rozwoju dzieci i młodzieży.
- 7) Rozwój osobowości w świetle współczesnych kierunków psychologicznych nie może być utożsamiany z rozwojem potrzeby seksualnej ani od niej wyłącznie uzależniany.

## 4. Procedury osiągnięcia celów

Wielość zagadnień zawartych w podstawie programowej i ich uszczegółowienie w kontekście niewielkiej liczby godzin przeznaczonych na ten przedmiot może sprawić trudność w realizacji programu. Oprócz dobrego zaplanowania lekcji, doboru metod i form nauczania,

istotne jest skonfrontowanie zaplanowanych zagadnień z możliwościami danego zespołu uczniowskiego, a także z potrzebami uczniów i ich oczekiwaniami. Podczas zajęć WDŻ uczniowie chcą dociekać prawdy, by rozwiązać swoje niepokoje i obawy. Liczą na rozmowę, konfrontację poglądów i dyskusję. Na te rozmowy potrzeba czasu oraz nauczycielskiej cierpliwości i empatii.

Wachlarz metod aktywizujących jest dziś dobrze znany i szeroki (dostępny na: [www.wdz.edu.pl](http://www.wdz.edu.pl) w zakładce „Do pobrania”). Propozycje form pracy do każdej lekcji zawierają również scenariusze zajęć Barbary Charczuk i program nauczania. Jednak to nauczyciel jest reżyserem zajęć, zna specyfikę szkoły, uczniów, środowiska i sam najlepiej zaprojektuje lekcję, aby osiągnąć zamierzone cele. Chodzi głównie o to, aby uczniowie czuli się zmotywowani do nauki, a zajęcia przebiegały sprawnie, w życzliwej i przyjaznej atmosferze.

## 5. Ewaluacja zajęć

Nauczyciel WDŻ powinien doskonalić swój warsztat pracy, modyfikować dobór metod i wzbogacać wiedzę. Odzwierciedleniem efektów działań dydaktyczno-wychowawczych może być ewaluacja. Poziom zadowolenia uczniów mierzymy w różny sposób, może to być podsumowanie ustne (np. w formie

rundki), podsumowanie w formie graficznej (np. walizka i kosz, znaczki, termometr), ankieta zawierająca pytania z wyborem odpowiedzi lub pytania otwarte.

Najbardziej istotna będzie ocena po zakończeniu zajęć WDŻ. Dzięki ankietom/kwestionariuszom nauczyciel zorientuje się, co zmienić lub jak udoskonalić zajęcia. Może także dowiedzieć się, w jakim stopniu zajęcia WDŻ zaspokajają oczekiwania i potrzeby uczniów.

Ważny jest także drugi rodzaj oceny, tj. ocena efektów zajęć WDŻ. Nauczyciel powinien sprawdzić, co uczniowie wynieśli z lekcji WDŻ, czego się nauczyli, co zapamiętali. Chodzi nie tylko o zadowolenie uczniów, ale również o wiedzę, czy założone cele i zadania zostały zrealizowane.

## 6. Treści nauczania w klasie VIII

### 1. Rozwój psychoseksualny człowieka

- różnice w rozwoju psychoseksualnym dziewcząt i chłopców,
- identyfikacja z własną płcią,
- męskość, kobiecość; komplementarność płci.



## 2. Miłość w życiu człowieka

- budowanie relacji międzysobowych w okresie młodzieńczym,
- zakochanie i miłość,
- rodzaje miłości i etapy jej rozwoju.

## 3. Odpowiedzialność w przeżywaniu własnej płciowości i budowanie szczęśliwych więzi

- integracja seksualna,
- prawo pierwszych połączeń,
- wzajemna pomoc i szacunek,
- związek między aktywnością seksualną a miłością i odpowiedzialnością,
- problemy z przedmiotowym traktowaniem człowieka w dziedzinie seksualnej,
- argumenty biomedyczne, psychologiczne, społeczne i moralne za inicjacją seksualną w małżeństwie.

## 4. Przedwczesna inicjacja seksualna

- przyczyny, skutki i profilaktyka,
- choroby przenoszone drogą płciową, w tym AIDS (specyfika, rozwój, i objawy; profilaktyka),
- ciąża nieletnich; zagrożenie aborcją,
- różne odniesienia do seksualności.

## 5. Płodność człowieka

- charakterystyka płodności mężczyzny i kobiety,
- metody rozpoznawania płodności, ich przydatność w planowaniu rodziny i diagnostyce zaburzeń,
- problemy z płodnością, przyczyny, skutki, profilaktyka i leczenie,
- zapłodnienie *in vitro* a naprotechnologia,
- antykoncepcja i jej rodzaje; ocena w aspekcie medycznym, psychologicznym, ekologicznym i moralnym,
- różnice między antykoncepcją a naturalnym planowaniem rodziny.

## 6. Rodzina w kontekście trwałości małżeństwa, miłości, wzajemnego szacunku i troski

- dojrzałość do małżeństwa i założenie rodziny,
- kryteria wyboru małżonka,
- motywy zawierania małżeństwa,
- czynniki warunkujące trwałość małżeństwa,
- powodzenie relacji małżeńskiej i rodzinnej,
- troska o osoby chore i niepełnosprawne,
- sytuacja rodziny w przypadku śmierci dziecka przed narodzeniem,
- śmierć w rodzinie i współtowarzyszenie bliskim w przeżywaniu żałoby,
- zachowanie pamięci o zmarłych.

## 7. Rodzina a normy i prawo

- etyka życia małżeńskiego i rodzinnego,
- przepisy prawa chroniące rodzinę.

## 7. Środki i pomoce dydaktyczne

### I. Filmy

#### **Seria Rodzinne przeboje, Rubikon, Kraków 2018.**

To krótkie scenki filmowe, które mogą być wstępem do realizowanych tematów. Zachęca do refleksji, rozmów i dyskusji.

- Film 1 „Języki miłości”
- Film 2 „Idealna dziewczyna?”
- Film 3 „Seks i życiowe decyzje”
- Film 4 „Podróż do dorosłości”
- Film 5 „Oswajanie nieobecności”

#### **Seria JA – TY – MY, Rubikon, Kraków 2015.**

Miniwykłady na ważne, choć nie zawsze łatwe tematy pomogą prowadzącemu WDŻ w dostarczeniu wiedzy z zakresu płciowości człowieka. Można się spodziewać, że oparty na wartościach materiał może być trudny do przyjęcia

przez młodzież. Podstawą tej wiedzy są jednak fakty, które obalają mity nt. seksualności.

- Film 1 „Edukacja seksualna, ale jaka?” (na spotkaniach z rodzicami)
- Film 2 „Po co lekcje WDŻ?”
- Film 3 „Znam i akceptuję siebie”
- Film 4 „Jak pokochać siebie?”
- Film 5 „Seksualność człowieka”
- Film 6 „Funkcje płciowości”
- Film 7 „Czekać – nie czekać?, czyli o inicjacji seksualnej”
- Film 8 „Wczesna inicjacja seksualna a choroby przenoszone drogą płciową”
- Film 9 „Metody aborcji i jej skutki”
- Film 10 „Rodzaje antykoncepcji”
- Film 11 „Antykoncepcja hormonalna i pigułka ‘po’”
- Film 12 „Ekologia i planowanie rodziny”

### **Seria *Mówię wam, nie warto*, Rubikon, Kraków 2015.**

Wypowiedzi znanych aktorek i fotomodelek o seksbiznesie i prostytucji mogą przekonać młodych ludzi, że warto uczyć się dojrzałej sztuki życia i nie ulegać nowoczesnym trendom prowadzącym donikąd. Do filmów zostały dołączone konspekty lekcji z materiałami dla nauczyciela.

- Film 5 „Prostytucja”
- Film 6 „Seksoholizm”

### **Seria *Zakochanie i co dalej*, Rubikon, Kraków 2012.**

*Do filmów została dołączona broszurka ze scenariuszami lekcji i materiałami, które mogą pomóc w realizacji nietłatwych tematów.*

- Film 2 „Ostry makijaż. Wczesna inicjacja seksualna młodzieży”
- Film 3 „Tato. Pornozniewolenie”

### **Ponadto filmy:**

- „Chrońmy nasze dzieci przed pornografią”, Wydawnictwo Rubikon, Kraków 2016 (film dla rodziców i nauczycieli)
- „Zagrożeni pornografią”, Wydawnictwo Rubikon, Kraków 2016 (film dla młodzieży)
- „PLUS MINUS” (Film o HIV/AIDS), Instytut Profilaktyki Uniwersalnej, Kraków 2018
- „Żyję bez ryzyka AIDS”, Homo Homini, Kraków 2000

### **Podręcznik**

Magdalena Guziak-Nowak, Teresa Król, Grażyna Węglarczyk, *„Wędrując ku dorosłości*. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy VIII”, Wydawnictwo Rubikon, Kraków 2018.

### **Ćwiczenia**

*„Wędrując ku dorosłości*. Wychowanie do życia w rodzinie, Ćwiczenia dla uczniów klasy 8”, red. T. Król, Wydawnictwo Rubikon, Kraków 2018.

Współautorzy:

- Magdalena Guziak-Nowak
- Teresa Król
- Józef Nowakowski
- Jolanta Tęcza-Ćwierz

### **Scenariusze**

Barbara Charczuk, *Wędrując ku dorosłości*. Scenariusze zajęć z prezentacjami multimedialnymi dla 8 klasy szkoły podstawowej, Wydawnictwo Rubikon, Kraków 2018.

Przypisy:

\* Podstawa programowa WDŻ z dnia 14 lutego 2017 r., punkt III. 11.

\*\* Kluzowa Krystyna, Palus Janina, Wronicz Jadwiga, *Edukacja seksualna w Polsce na tle wybranych krajów Unii Europejskiej*, „Wychowawca” nr 6/2011, s. 24-27.

\*\*\* K. Ostrowska, *Zasady wychowania prorodzinnego*, Ministerstwo Edukacji Narodowej o wychowaniu do życia w rodzinie. Biblioteczka reformy nr 31, s. 65.

# Wychowanie do życia w rodzinie. Nowa podstawa programowa

## 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.

## 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 komuniko-

wać 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, prostytutka 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: permissywne, 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 dzieciństwa rodziny; wie, jakie aspekty należy uwzględnić przy podejmowaniu decyzji prokreacyjnych;
- 3) zna zasady przygotowania kobiet i mężczyzn na poczęcie dziecka oraz rozumie,

- 4) 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 prekonceptyjna 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, wypowiedziane 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.

## 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.



# Lekcja 1 Budowanie relacji międzyosobowych

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: II, IV</p> <p>Wymagania szczegółowe: II.8, VI.5, VI.7</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• podać zasady pracy na zajęciach WDŻ,</li> <li>• przyjąć postawę refleksji wobec samego siebie,</li> <li>• dokonać samooceny,</li> <li>• określić, czym jest samowychowanie,</li> <li>• wskazać znaczenie budowania więzi między ludźmi,</li> <li>• wskazać na atuty życia wspólnotowego w organizacjach, stowarzyszeniach, wolontariacie, sporcie itp.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• potrzebę wyzwania autorefleksji niezbędnej do samowychowania,</li> <li>• celowość otwierania się na relacje z innymi ludźmi.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Zagadnienia, które będą przedmiotem zajęć WDŻ w klasie VIII.</li> <li>2. Zasady pracy na lekcjach WDŻ.</li> <li>3. Autoportret, czyli obraz samego siebie.</li> <li>4. Czynniki wpływające na rozwój człowieka.</li> <li>5. Relacje i uczucia wyższe (moralne, patriotyczne), związane z życiem wspólnotowym, np. w harcerstwie, w działalności charytatywnej (wolontariat), organizacjach, stowarzyszeniach, sporcie itp.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Graffiti.</li> <li>• Budowanie kontraktu „zasady pracy na lekcjach WDŻ”.</li> <li>• Emisja filmu; pogadanka po filmie.</li> <li>• Rozmowa kierowana nt. samopoznania, samooceny i samokontroli.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca w grupach: wędrujące plakaty.</li> <li>• Praca indywidualna: ćwiczenia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Znam i akceptuję siebie” z serii „JA – TY – MY”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Materiały piśmiennicze.</li> </ul>

## Lekcja 2 Na początek: zakochanie

Nowa podstawa programow	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: IV</p> <p>Wymagania szczegółowe: II.8, III.1</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• scharakteryzować miłość jako postawę życzliwości i odpowiedzialności,</li> <li>• określić cechy osoby zakochanej,</li> <li>• nazwać emocje towarzyszące zakochaniu,</li> <li>• opisać miłość platoniczną,</li> <li>• uzasadnić, że możliwa jest droga do miłości od przyjaźni,</li> <li>• wskazać na różnice oczekiwań chłopców i dziewcząt w młodzieńczych związkach.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• potrzebę wypracowania postawy empatii i życzliwości wobec innych.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Miłość i odpowiedzialność.</li> <li>2. Zakochanie – etapem rozwoju osobowości; przygotowaniem do miłości dojrzałej.</li> <li>3. Chłopiec i dziewczyna – różnice w przeżywaniu miłości.</li> <li>4. Od zakochania do miłości lub od przyjaźni do miłości.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kalambury.</li> <li>• Praca indywidualna: ćwiczenia.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca z filmem.</li> <li>• Rozmowa kierowana nt. stanu zakochania i emocji towarzyszących temu uczuciu.</li> <li>• Mówiąca ściana.</li> <li>• Praca indywidualna: ćwiczenia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Film „Filiżanka czekolady” z serii „Zakochanie i co dalej”.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Materiały piśmiennicze.</li> </ul>



## Lekcja 3 O etapach i rodzajach miłości

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: IV</p> <p>Wymagania szczegółowe: II.8, III.1</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• przedstawić etapy rozwoju miłości,</li> <li>• dokonać charakterystyki:               <ul style="list-style-type: none"> <li>• miłości warunkowej „jeżeli”,</li> <li>• ze względu na... „ponieważ”,</li> <li>• bezwarunkowej, czyli osobowej,</li> </ul> </li> <li>• zaprezentować rodzaje miłości,</li> <li>• opisać postawę osoby kochającej miłością dojrzałą.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• miłości można się uczyć i kształtować postawę dawcy.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Miłości można się uczyć.</li> <li>2. Etapy rozwoju miłości.           <ul style="list-style-type: none"> <li>• miłość upodobania,</li> <li>• miłość pożądania,</li> <li>• miłość życzliwości i troski.</li> </ul> </li> <li>3. Miłość „jeżeli” (warunkowa), „ponieważ” (ze względu na...) i „pomimo” (bezwarunkowa).</li> <li>4. Miłość dojrzała, czyli pomoc, szacunek, empatia, dobra komunikacja, bliskość, wyłączność, obdarzanie.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praca w parach z kartami pracy.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca z filmem.</li> <li>• Drama (podręcznik, s. 31)</li> <li>• Mapa mentalna lub burza mózgów.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Języki miłości” z serii „Rodzinne przeboje”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Karty pracy.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> </ul>

# Lekcja 4    Rozwój psychoseksualny człowieka

(lekcja dla grupy dziewcząt)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: V</p> <p>Wymagania szczegółowe: II.2, II.3, II.5</p>	<p><b>Uczennica potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• przedstawić biologiczną determinację płci,</li> <li>• omówić znaczenie okresu dzieciństwa i środowiska rówieśniczego dla identyfikacji z własną płcią,</li> <li>• określić, czym jest kobiecość/męskość,</li> <li>• określić rolę uczuć i sposoby uzewnętrzniania, a także ich odbierania.</li> </ul> <p><b>Uczennica uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• potrzebę akceptacji własnej płciowości,</li> <li>• znaczenie więzi emocjonalnych: przyjaźni, zakochania, miłości.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Biologiczna determinacja płci.</li> <li>2. Wpływ środowiska rodzinnego na rozwój seksualny <ul style="list-style-type: none"> <li>• komunikowanie uczuć,</li> <li>• ukierunkowanie moralne,</li> <li>• identyfikacja z własną płcią,</li> <li>• wychowanie seksualne.</li> </ul> </li> <li>3. Wpływ środowiska rówieśniczego na rozwój psychoseksualny <ul style="list-style-type: none"> <li>• wzmacnianie identyfikacji z własną płcią,</li> <li>• kształtowanie umiejętności, nawiązywania kontaktów społecznych,</li> <li>• wstępne doświadczenia seksualne.</li> </ul> </li> <li>4. Męskość, kobiecość i wzajemne uzupełnianie się (komplementarność).</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rozmowa kierowana.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Debata lub refleksja: identyfikacja z własną płcią.</li> <li>• Praca indywidualna.</li> <li>• Praca z filmem.</li> <li>• Ćwiczenie.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Idealna dziewczyna?” z serii „Rodzinne przeboje”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Karty pracy.</li> <li>• Załączniki.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> </ul>

## Lekcja 5    Rozwój psychoseksualny człowieka

(lekcja dla grupy chłopców)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: V</p> <p>Wymagania szczegółowe: II.2, II.3, II.5</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• przedstawić biologiczną determinację płci,</li> <li>• omówić znaczenie okresu dzieciństwa i środowiska rówieśniczego dla identyfikacji z własną płcią,</li> <li>• określić, czym jest kobiecość/ męskość,</li> <li>• określić rolę uczuć i sposoby uzewnętrzniania, a także ich odbierania.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• potrzebę akceptacji własnej płciowości,</li> <li>• znaczenie więzi emocjonalnych: przyjaźni, zakochania, miłości.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Biologiczna determinacja płci.</li> <li>2. Wpływ środowiska rodzinnego na rozwój seksualny <ul style="list-style-type: none"> <li>• komunikowanie uczuć,</li> <li>• ukierunkowanie moralne,</li> <li>• identyfikacja z własną płcią,</li> <li>• wychowanie seksualne.</li> </ul> </li> <li>3. Wpływ środowiska rówieśniczego na rozwój psychoseksualny <ul style="list-style-type: none"> <li>• wzmacnianie identyfikacji z własną płcią,</li> <li>• kształtowanie umiejętności, nawiązywania kontaktów społecznych,</li> <li>• wstępne doświadczenia seksualne.</li> </ul> </li> <li>4. Męskość, kobiecość i wzajemne uzupełnianie się (komplementarność).</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rozmowa kierowana.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Debata lub refleksja: identyfikacja z własną płcią.</li> <li>• Praca indywidualna.</li> <li>• Praca z filmem.</li> <li>• Ćwiczenie.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Idealna dziewczyna?” z serii „Rodzinne przeboje”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Karty pracy.</li> <li>• Załączniki.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> </ul>

# Lekcja 6 Seksualność człowieka

(lekcja dla grupy dziewcząt)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: V</p> <p>Wymagania szczegółowe: III.1, III.2, III.11</p>	<p><b>Uczennica potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• scharakteryzować trzy poziomy seksualności człowieka,</li> <li>• przedstawić zagadnienie procesu dojrzewania człowieka w sferze seksualnej – przechodzenia od dominanty podkorowej do korowej,</li> <li>• określić, na czym polegają zagrożenia i szkody związane z niedojrzałym i nieodpowiedzialnym traktowaniem popędu seksualnego.</li> </ul> <p><b>Uczennica uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• potrzebę wypracowania integracji seksualnej i odpowiedzialnego przeżywania własnej płciowości.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Trzy poziomy (piętra) seksualności.</li> <li>2. Integracja seksualna.</li> <li>3. Popęd seksualny człowieka.</li> <li>4. Pierwsze związki erotyczne; odpowiedzialność i prawo do powiedzenia NIE.</li> <li>5. Nieuporządkowany popęd seksualny i zagrożenia: <ul style="list-style-type: none"> <li>• pornografia,</li> <li>• cyberseks,</li> <li>• prostytutka nieletnich.</li> </ul> </li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Miniwykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca w grupach: wspólnie tworzymy mapę myśli lub asocjogram: <ul style="list-style-type: none"> <li>• grupy A nt. integracji seksualnej,</li> <li>• grupy B nt. niedojrzałego traktowania popędu seksualnego.</li> </ul> </li> <li>• Burza mózgów.</li> <li>• Rozmowa kierowana.</li> <li>• Praca indywidualna – ćwiczenia.</li> <li>• Rozsypanka wyrazowa.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• materiały piśmiennicze i plakaty.</li> </ul>

# Lekcja 7 Seksualność człowieka

(lekcja dla grupy chłopców)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: V</p> <p>Wymagania szczegółowe: III.1, III.2, III.11</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• scharakteryzować trzy poziomy seksualności człowieka,</li> <li>• przedstawić zagadnienie procesu dojrzewania człowieka w sferze seksualnej – przechodzenia od dominanty podkorowej do korowej,</li> <li>• określić, na czym polegają zagrożenia i szkody związane z niedojrzałym i nieodpowiedzialnym traktowaniem popędu seksualnego.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• potrzebę wypracowania integracji seksualnej i odpowiedzialnego przeżywania własnej płciowości.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Trzy poziomy (piętra) seksualności.</li> <li>2. Integracja seksualna.</li> <li>3. Popęd seksualny człowieka.</li> <li>4. Pierwsze związki erotyczne; odpowiedzialność i prawo do powiędzenia NIE.</li> <li>5. Nieuporządkowany popęd seksualny i zagrożenia: <ul style="list-style-type: none"> <li>• pornografia,</li> <li>• cyberseks,</li> <li>• prostytutka nieletnich.</li> </ul> </li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Miniwykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca w grupach: wspólnie tworzymy mapę myśli lub asocjogram: <ul style="list-style-type: none"> <li>– grupy A nt. integracji seksualnej,</li> <li>– grupy B nt. niedojrzałego traktowania popędu seksualnego.</li> </ul> </li> <li>• Burza mózgów.</li> <li>• Rozmowa kierowana.</li> <li>• Praca indywidualna – ćwiczenia.</li> <li>• Rozsypanka wyrazowa.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• materiały piśmiennicze i plakaty.</li> </ul>

## Lekcja 8 Przedwczesna inicjacja seksualna

(lekcja dla grupy dziewcząt)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: IV, V</p> <p>Wymagania szczegółowe: II.6, III.6, III.7, III.8</p>	<p><b>Uczennica potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• określić, czym jest przedwczesna inicjacja seksualna,</li> <li>• scharakteryzować związek między aktywnością seksualną a miłością, szacunkiem i odpowiedzialnością,</li> <li>• przedstawić skutki przedwczesnej inicjacji seksualnej,</li> <li>• wymienić argumenty biomedyczne, psychiczne, społeczne i etyczne za inicjacją seksualną w małżeństwie,</li> <li>• wskazać na problemy związane z przedmiotowym traktowaniem człowieka w dziedzinie seksualnej.</li> </ul> <p><b>Uczennica uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• potrzebę wypracowania postawy odpowiedzialności za wybory związane z aktywnością seksualną i miłością.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Problemy z przedmiotowym traktowaniem człowieka w dziedzinie seksualnej.</li> <li>2. Miłość, szacunek i odpowiedzialność w relacji chłopak – dziewczyna.</li> <li>3. Przedwczesna inicjacja seksualna – przyczyny, profilaktyka.</li> <li>4. Skutki przedwczesnej inicjacji seksualnej: <ul style="list-style-type: none"> <li>• skutki psychiczne,</li> <li>• infekcje dróg rodnych,</li> <li>• choroby przenoszone drogą płciową, w tym AIDS,</li> <li>• ciąża nastolatki.</li> </ul> </li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praca w grupach: plakaty.</li> <li>• Emisja filmu.</li> <li>• Rozmowa nt. problemów przedstawionych w filmie.</li> <li>• Miniwykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca indywidualna – ćwiczenie: „Mówię NIE”.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Seks i życiowe decyzje” z serii „Rodzinne przeboje”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Materiały piśmiennicze.</li> </ul>

## Lekcja 9 Przedwczesna inicjacja seksualna (lekcja dla grupy chłopców)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: IV, V</p> <p>Wymagania szczegółowe: II.6, III.6, III.7, III.8</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• określić, czym jest przedwczesna inicjacja seksualna,</li> <li>• scharakteryzować związek między aktywnością seksualną a miłością, szacunkiem i odpowiedzialnością,</li> <li>• przedstawić skutki przedwczesnej inicjacji seksualnej,</li> <li>• wymienić argumenty biomedyczne, psychiczne, społeczne i etyczne za inicjacją seksualną w małżeństwie,</li> <li>• wskazać na problemy związane z przedmiotowym traktowaniem człowieka w dziedzinie seksualnej.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• potrzebę wypracowania postawy odpowiedzialności za wybory związane z aktywnością seksualną i miłością.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Problemy z przedmiotowym traktowaniem człowieka w dziedzinie seksualnej.</li> <li>2. Miłość, szacunek i odpowiedzialność w relacji chłopak – dziewczyna.</li> <li>3. Przedwczesna inicjacja seksualna – przyczyny, profilaktyka.</li> <li>4. Skutki przedwczesnej inicjacji seksualnej: <ul style="list-style-type: none"> <li>• skutki psychiczne,</li> <li>• infekcje dróg rodnych,</li> <li>• choroby przenoszone drogą płciową, w tym AIDS,</li> <li>• ciąża nastolatki.</li> </ul> </li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praca w grupach: plakaty.</li> <li>• Emisja filmu.</li> <li>• Rozmowa nt. problemów przedstawionych w filmie.</li> <li>• Miniwykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca indywidualna – ćwiczenie.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Seks i życiowe decyzje” z serii „Rodzinne przeboje”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Materiały piśmiennicze.</li> </ul>

## Lekcja 10 Choroby przenoszone drogą płciową

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: V</p> <p>Wymagania szczegółowe: III.9</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• podać główne przyczyny szerzenia się chorób przenoszonych drogą płciową,</li> <li>• określić czynniki zwiększające ryzyko zakażenia,</li> <li>• wymienić czynniki chorobotwórcze,</li> <li>• dokonać charakterystyki jednostek chorobowych (rozwój, objawy),</li> <li>• wymienić sposoby prewencji chorób przenoszonych drogą płciową.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• potrzebę abstynencji seksualnej do małżeństwa jako skutecznej ochrony przed chorobami przenoszonymi drogą płciową.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Specyfika chorób przenoszonych drogą płciową – przyczyny ich szerzenia się.</li> <li>2. Rodzaje chorób przenoszonych drogą płciową: czynniki chorobotwórcze, charakterystyka najważniejszych jednostek chorobowych, rozwój, objawy.</li> <li>3. Skuteczna profilaktyka.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Burza mózgów.</li> <li>• Praca z filmem.</li> <li>• Rozsypanka wyrazowa.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Rozmowa kierowana.</li> <li>• Praca w parach – ćwiczenie: „Prawda / Mit”.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Wczesna inicjacja seksualna a choroby przenoszone drogą płciową” z serii „Ja-Ty-My”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Materiały piśmiennicze.</li> <li>• Rozsypanka wyrazowa.</li> </ul>



## Lekcja 11 AIDS

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: V</p> <p>Wymagania szczegółowe: III.9</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• dokonać charakterystyki zakażenia HIV i choroby AIDS,</li> <li>• przedstawić historię epidemii AIDS w Polsce i na świecie,</li> <li>• wymienić sytuacje i zachowania, podczas których można zakazić się wirusem HIV,</li> <li>• omówić przebieg choroby AIDS,</li> <li>• opisać takie zachowania, które nie grożą zakażeniem się HIV.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• swoboda seksualna jest zagrożeniem dla zdrowia a nawet życia człowieka.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Istota zakażenia HIV i choroby AIDS.</li> <li>2. Historia epidemii AIDS na świecie i w Polsce.</li> <li>3. Drogi przenoszenia zakażenia.</li> <li>4. Przebieg choroby.</li> <li>5. Profilaktyka.</li> <li>6. Stosunek do chorych i żyjących z HIV.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Emisja filmu.</li> <li>• Rozmowa kierowana po filmie.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca w grupach: ćwiczenie „HIV/AIDS u bliskiej osoby”.</li> <li>• Praca w grupach: Gra planszowa „Seksprześja i »te« choroby”.</li> <li>• Medytacja.</li> <li>• Praca indywidualna – ćwiczenia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „PLUS MINUS” lub „Żyję bez ryzyka AIDS”.</li> <li>• Karty pracy.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> </ul>

# Lekcja 12 Metody rozpoznawania płodności

(lekcja dla grupy dziewcząt)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: V, VI</p> <p>Wymagania szczegółowe: III.1,2, IV.2,3,4, V.1,2,3,5</p>	<p><b>Uczennica potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• określić, na czym polega planowanie dzieciństwa rodziny i jakie aspekty należy uwzględnić przy podejmowaniu decyzji prokreacyjnych,</li> <li>• wyjaśnić, na czym polega odpowiedzialność mężczyzny i kobiety za sferę seksualną i prokreację,</li> <li>• przedstawić fizjologię płodności i wymienić hormony warunkujące płodność kobiet i mężczyzn,</li> <li>• zaprezentować metody rozpoznawania płodności, ich przydatność w planowaniu rodziny i diagnostyce zaburzeń.</li> </ul> <p><b>Uczennica uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• potrzebę wypracowania postawy odpowiedzialnego rodzicielstwa,</li> <li>• respektowania praw natury, ekologii rodziny.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Planowanie rodziny: co oznacza, na czym polega?</li> <li>2. Wspólna odpowiedzialność mężczyzny i kobiety za sferę seksualną i prokreację.</li> <li>3. Płodność kobiety i mężczyzny.</li> <li>4. Wyznaczanie okresów płodności i niepłodności w cyklu owulacyjnym.</li> <li>5. Metody naturalnego planowania rodziny: ich rodzaje w zależności od obserwowanych wskaźników.</li> <li>6. Analiza przykładowej karty obserwacji.</li> <li>7. Korzyści z obserwacji cyklu; diagnostyka zaburzeń.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Burza mózgów.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Emisja filmu „Ekologia i planowanie rodziny”.</li> <li>• Rozmowa po filmie.</li> <li>• Praca z podręcznikiem (analiza karty obserwacji cyklu wg metody objawowo-termicznej).</li> <li>• Praca w grupach.</li> <li>• Przegląd metod NPR na stronie: <a href="http://www.oplodnosci.pl">www.oplodnosci.pl</a></li> <li>• Praca indywidualna – ćwiczenia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Ekologia i planowanie rodziny” z serii „Ja – Ty – MY”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Cyfrowe zasoby internetowe.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Materiały piśmiennicze.</li> </ul>

# Lekcja 13 Metody rozpoznawania płodności

(lekcja dla grupy chłopców)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: VI</p> <p>Wymagania szczegółowe: III.3,5, IV. 2,3, V.2,3, V.1,2,3</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• określić na czym polega planowanie dzietności rodziny i jakie aspekty należy uwzględnić przy podejmowaniu decyzji prokreacyjnych,</li> <li>• wyjaśnić, na czym polega odpowiedzialność mężczyzny i kobiety za sferę seksualną i prokreację,</li> <li>• przedstawić fizjologię płodności i wymienić hormony warunkujące płodność kobiet i mężczyzn,</li> <li>• zaprezentować metody rozpoznawania płodności, ich przydatność w planowaniu rodziny i diagnostyce zaburzeń.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• potrzebę wypracowania postawy odpowiedzialnego rodzicielstwa,</li> <li>• respektowania praw natury, ekologii rodziny.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Planowanie rodziny: co oznacza, na czym polega?</li> <li>2. Wspólna odpowiedzialność mężczyzny i kobiety za sferę seksualną i prokreację.</li> <li>3. Płodność kobiety i mężczyzny.</li> <li>4. Wyznaczanie okresów płodności i niepłodności w cyklu owulacyjnym.</li> <li>5. Metody naturalnego planowania rodziny: ich rodzaje w zależności od obserwowanych wskaźników.</li> <li>6. Analiza przykładowej karty obserwacji.</li> <li>7. Korzyści z obserwacji cyklu.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Burza mózgów.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Emisja filmu „Ekologia i planowanie rodziny”.</li> <li>• Rozmowa po filmie.</li> <li>• Praca z podręcznikiem (analiza karty obserwacji cyklu wg metody objawowo-termicznej).</li> <li>• Praca w grupach.</li> <li>• Przegląd metod NPR na stronie: <a href="http://www.oplodnosci.pl">www.oplodnosci.pl</a></li> <li>• Praca indywidualna – ćwiczenia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Ekologia i planowanie rodziny” z serii „Ja – Ty – MY”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Cyfrowe zasoby internetowe.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Materiały piśmiennicze.</li> </ul>

# Lekcja 14 Antykoncepcja i środki wczesnoporonne

(lekcja dla grupy dziewcząt)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: VI</p> <p>Wymagania szczegółowe: V.1, V.5, V.6</p>	<p><b>Uczennica potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• podać definicję antykoncepcji i środków wczesnoporonnych,</li> <li>• wymienić rodzaje środków antykoncepcyjnych,</li> <li>• opisać mechanizm działania środków antykoncepcyjnych i wczesnoporonnych,</li> <li>• dokonać oceny stosowania poszczególnych środków w różnych aspektach, np. medycznym, ekologicznym i etycznym,</li> <li>• odróżnić działanie środka antykoncepcyjnego od wczesnoporonnego.</li> </ul> <p><b>Uczennica uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• płodność i planowanie rodziny jest wspólną sprawą kobiety i mężczyzny; troska o zdrowie dotyczy ich obojga.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Wybór między NPR a antykoncepcją – wyborem postawy życiowej wobec płodności człowieka.</li> <li>2. Definicja antykoncepcji.</li> <li>3. Podział środków antykoncepcyjnych ze względu na sposób ich działania: mechaniczne, chemiczne, hormonalne.</li> <li>4. Skuteczność i działania uboczne poszczególnych grup środków antykoncepcyjnych.</li> <li>5. Środki wczesnoporonne, mechanizm działania; aspekt etyczny ich stosowania.</li> <li>6. Planowanie rodziny – wspólną sprawą kobiety i mężczyzny.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pogadanka.</li> <li>• Burza mózgów.</li> <li>• Wykład nauczyciela z prezentacją multimedialną lub projekcja filmu.</li> <li>• Rozmowa po filmie nt. mechanizmów działania, skuteczności i skutków ubocznych poszczególnych grup środków antykoncepcyjnych.</li> <li>• Projekcja filmu lub wykład „Antykoncepcja hormonalna i pigułka ‘po’”.</li> <li>• Rozmowa kierowana po filmie.</li> <li>• Praca indywidualna – ćwiczenia.</li> <li>• Debata: marketing antykoncepcji a zdrowie kobiety.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Filmy: „Rodzaje antykoncepcji” oraz „Antykoncepcja hormonalna i pigułka ,po” z serii „Ja-Ty-My”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Ulotki dołączone do tabletek antykoncepcyjnych oraz ulotki reklamowe antykoncepcji.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> </ul>

# Lekcja 15 Antykoncepcja i środki wczesnoporonne

(lekcja dla grupy chłopców)

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: VI</p> <p>Wymagania szczegółowe: V.1, V.5, V.6</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• podać definicję antykoncepcji i środków wczesnoporonnych,</li> <li>• wymienić rodzaje środków antykoncepcyjnych,</li> <li>• opisać mechanizm działania środków antykoncepcyjnych i wczesnoporonnych,</li> <li>• dokonać oceny stosowania poszczególnych środków w różnych aspektach, np. medycznym, ekologicznym i etycznym,</li> <li>• odróżnić działanie środka antykoncepcyjnego od wczesnoporonnego.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• że płodność i planowanie rodziny jest wspólną sprawą kobiety i mężczyzny; troska o zdrowie dotyczy ich obojga.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Wybór między NPR a antykoncepcją – wyborem postawy życiowej wobec płodności człowieka.</li> <li>2. Definicja antykoncepcji.</li> <li>3. Podział środków antykoncepcyjnych ze względu na sposób ich działania: mechaniczne, chemiczne, hormonalne.</li> <li>4. Skuteczność i działania uboczne poszczególnych grup środków antykoncepcyjnych.</li> <li>5. Środki wczesnoporonne, mechanizm działania; aspekt etyczny ich stosowania.</li> <li>6. Planowanie rodziny – wspólną sprawą kobiety i mężczyzny.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pogadanka.</li> <li>• Burza mózgów.</li> <li>• Wykład nauczyciela z prezentacją multimedialną lub projekcja filmu.</li> <li>• Rozmowa po filmie nt. mechanizmów działania, skuteczności i skutków ubocznych poszczególnych grup środków antykoncepcyjnych.</li> <li>• Projekcja filmu lub wykład „Antykoncepcja hormonalna i pigułka ,po”.</li> <li>• Rozmowa kierowana po filmie.</li> <li>• Praca indywidualna – ćwiczenia.</li> <li>• Debata: marketing antykoncepcji a zdrowie kobiety.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Filmy: „Rodzaje antykoncepcji” oraz „Antykoncepcja hormonalna i pigułka ,po” z serii „Ja–Ty–My”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Ulotki dołączone do tabletek antykoncepcyjnych.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> </ul>

# Lekcja 16 Niepłodność i wielkie pragnienie dziecka

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: VI</p> <p>Wymagania szczegółowe: V.4, V.10, V.11</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• omówić główne funkcje płciowości,</li> <li>• określić, czym jest zdrowie prokreacyjne,</li> <li>• wskazać sposoby zapobiegania niepłodności,</li> <li>• omówić rodzaje technik sztucznego zapłodnienia i ich skuteczność,</li> <li>• przedstawić naprotechnologię jako sposób leczenia niepłodności,</li> <li>• scharakteryzować techniki sztucznego zapłodnienia, przedstawić ich konsekwencje medyczne i dokonać ich moralnej oceny.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• że rodzicielstwo zastępcze lub adopcja może być źródłem satysfakcji i spełnienia w rodzicielstwie.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Główne funkcje płciowości: wyrażanie miłości, budowanie więzi i rodzicielstwo.</li> <li>2. Przyczyny niepłodności i czynniki obniżające płodność.</li> <li>3. Zdrowie prokreacyjne i sposoby zapobiegania chorobie niepłodności (profilaktyka).</li> <li>4. Rodzaje niepłodności.</li> <li>5. Techniki sztucznego zapłodnienia: <ul style="list-style-type: none"> <li>• sztuczna inseminacja (3 fazy),</li> <li>• zapłodnienie <i>in vitro</i> (4 etapy); skuteczność.</li> </ul> </li> <li>6. Medyczne konsekwencje <i>in vitro</i> dla dziecka i kobiety oraz moralna ocena.</li> <li>7. Naprotechnologia – diagnostyka – leczenie – skuteczność.</li> <li>8. Adopcja i rodzicielstwo zastępcze; ich znaczenie dla dzieci; rodziców i społeczeństwa.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pogadanka / praca indywidualna.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Mówiąca ściana.</li> <li>• Rozmowa kierowana.</li> <li>• Praca z tekstem.</li> <li>• Praca w grupach: plakaty.</li> <li>• Praca indywidualna – ćwiczenia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Cyfrowe zasoby internetowe.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Materiały piśmiennicze.</li> </ul>

## Lekcja 17 Inicjacja seksualna. Czy warto czekać?

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: II, IV, V</p> <p>Wymagania szczegółowe: II.6, III.2, III.7, VI.2</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wyjaśnić, na czym polega odpowiedzialność w sferze seksualnej,</li> <li>• przedstawić argumenty natury psychologicznej, zdrowotnej, społecznej i moralnej za inicjacją w małżeństwie,</li> <li>• rozwiać obiegowe mity dot. inicjacji seksualnej: „trzeba się sprawdzić”, argument „kota w worku”, „wszyscy tak robią”, „wystarczy tylko się zabezpieczyć” itp.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• budowanie więzi między mężczyzną i kobietą wymaga wiedzy oraz przyjęcia i respektowania norm etycznych.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Odpowiedzialność za sferę seksualną nastolatków.</li> <li>2. Ryzykowne zachowania w sferze seksualnej a poczucie bezpieczeństwa.</li> <li>3. Argumenty psychologiczne, zdrowotne, społeczne i moralne za inicjacją seksualną w małżeństwie.</li> <li>4. Mity o aktywności seksualnej.</li> <li>5. Miłość i szacunek w relacjach chłopak – dziewczyna.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Emisja filmu.</li> <li>• Analiza (dołączonej do filmu) wypowiedzi psychologa.</li> <li>• Praca w parach: inicjacja seksualna – prawda i mity.</li> <li>• Miniwykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca w parach: ćwiczenie: „Piramida”.</li> <li>• Praca z tekstem: zdania niedokończone.</li> <li>• Praca w grupach: burza mózgów.</li> <li>• Praca indywidualna – ćwiczenia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Ostry makijaż” z serii „Zakochanie i co dalej?”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Załączniki.</li> </ul>

## Lekcja 18 Dojrzałość do małżeństwa

Nowa podstawa programow	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: VI</p> <p>Wymagania szczegółowe: I.1, III.12, VI.1</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• uzasadnić, dlaczego okres narzeczeństwa jest istotny w przygotowaniu do małżeństwa,</li> <li>• wymienić i scharakteryzować rodzaje dojrzałości do małżeństwa,</li> <li>• omówić kryteria wyboru współmałżonka i podać motywy zawierania małżeństwa,</li> <li>• dokonać charakterystyki czynników warunkujących trwałość i powodzenie relacji małżeńskiej,</li> <li>• przedstawić wewnętrzne i zewnętrzne zagrożenia rodziny,</li> <li>• wymienić akty prawne chroniące życie małżeńskie i rodzinne.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• potrzebę stwarzania w małżeństwie i rodzinie klimatu miłości, szacunku, troski i bezpieczeństwa.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Narzeczeństwo – przygotowaniem do małżeństwa.</li> <li>2. Dojrzałość do małżeństwa: fizyczna, psychiczna, prawna, ekonomiczna.</li> <li>3. Kryteria wyboru współmałżonka i motywy zawierania małżeństwa.</li> <li>4. Czynniki warunkujące trwałość i powodzenie relacji małżeńskiej.</li> <li>5. Współczesne zagrożenia rodziny: wewnętrzne i zewnętrzne.</li> <li>6. Normy chroniące życie małżeńskie i rodzinne (prawo rodzinne).</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Burza mózgów.</li> <li>• Wykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Praca indywidualna – ćwiczenia.</li> <li>• Praca z filmem.</li> <li>• Praca w grupach: plakat – współczesne zagrożenia małżeństwa i rodziny.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Podróż do... dorosłości” z serii „Rodzinne przeboje”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Cyfrowe zasoby internetowe.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Materiały piśmiennicze.</li> </ul>



## Lekcja 19 Wobec choroby, cierpienia i śmierci

Nowa podstawa programowa	Cele szczegółowe kształcenia i wychowania	Materiał nauczania	Proponowane procedury osiągnięcia celów	Propozycja środków dydaktycznych
<p>Wymagania ogólne: II, IV</p> <p>Wymagania szczegółowe: IV.4, IV.9, V.10</p>	<p><b>Uczeń potrafi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• opisać sytuację rodziny, która troszczy się o osoby chore i niepełnosprawne,</li> <li>• zaproponować sposoby pomocy (wolontariat) rodzinie z potrzebami,</li> <li>• przedstawić sytuację rodziny, w której zmarło dziecko po lub przed urodzeniem,</li> <li>• opisać postawę członków rodziny wobec osoby umierającej,</li> <li>• przedstawić etapy przeżywania żałoby.</li> </ul> <p><b>Uczeń uświadomi sobie, że:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• jest ogniwem w łańcuchu pokoleń i powinien zachować pamięć o przodkach.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rodzina i troska o osobę chore, niepełnosprawne oraz w późnym wieku.</li> <li>2. Potrzeba wyrażania miłości i bliskości osobie umierającej.</li> <li>3. Doświadczenie śmierci w rodzinie, również dziecka przed narodzeniem.</li> <li>4. Przeżywanie żałoby, jej etapy.</li> <li>5. Wyciszenie i pozytywne nastawienie do przyszłości.</li> <li>6. Pamięć o zmarłych.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ćwiczenie „Cztery kąty”.</li> <li>• Burza mózgów.</li> <li>• Emisja filmu.</li> <li>• Rozmowa nt. zagadnień przedstawionych w filmie.</li> <li>• Miniwykład z prezentacją multimedialną.</li> <li>• Rozmowa kierowana nt. doświadczenia śmierci w rodzinie.</li> <li>• Przytoczenie świadectw osób, które opiekują się osobami chorymi, niepełnosprawnymi.</li> <li>• Praca indywidualna: ćwiczenia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Film „Oswajanie nieobecności” z serii „Rodzinne przeboje”.</li> <li>• Prezentacja multimedialna.</li> <li>• Podręcznik „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Ćwiczenia „Wędrując ku dorosłości” dla klasy VIII.</li> <li>• Materiały piśmiennicze.</li> </ul>

Ewa Kosińska

## OPINIA PROGRAMU NAUCZANIA

**Teresa Król, „Wędrując ku dorosłości”. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy VIII szkoły podstawowej, Wydawnictwo Rubikon, Kraków 2018.**

W związku z nowelizacją podstawy programowej dostosowanej do nowego ustroju szkolnego (rozporządzenie Ministerstwa Edukacji Narodowej z dnia 14 lutego 2017 r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół (Dz.U. poz. 356) został przygotowany program zajęć wychowania do życia w rodzinie odpowiadający rozkładowi materiału dla klasy VIII.

Recenzowany program jest ostatnią częścią serii programów, podręczników i ćwiczeń objętych tytułem „Wędrując ku dorosłości” dla II etapu edukacyjnego.

Szeroki zakres materiału ma charakter interdyscyplinarny i zawiera aktualną wiedzę z:

- psychologii rozwoju: komunikacja społeczna nastolatków, komunikacja wychowawcza w rodzinie, uczeń w społeczeństwie informatycznym,
- pedagogiki: asertywność, empatia, samowychowanie,

- biologii rozwoju: skok pokwitaniowy, różnice w rozwoju nastoletnich dziewcząt i chłopców, zróżnicowane tempo rozwoju,
- medycyny: choroby przenoszone drogą płciową, profilaktyka HIV/AIDS, fizjologia płodności kobiety i mężczyzny, metody planowania rodziny, niepłodność – przyczyny i leczenie,
- seksuologii: rozwój psychoseksualny adolescentów, integracja seksualna, przedwczesna inicjacja seksualna i jej skutki, obrona własnej intymności i nietykalności cielesnej,
- socjologii: funkcje rodziny, role rodzinne, zagrożenia współczesnej rodziny, wartość rodziny w życiu osobistym człowieka,
- antropologii: wartości służące osobistemu rozwojowi człowieka ze szczególnym uwzględnieniem okresu dorastania.

Szeroki zakres treści musiał być tak zaplanowany, aby znalazł swoje miejsce w 14 godzinach lekcyjnych (w tym w pięciu z podziałem na grupy jednopłciowe).

### Budowa programu

Materiał każdej lekcji jest realizacją zwykle kilku haseł z podstawy programowej. Nauczyciel wychowania do życia w rodzinie (WDŻ) odnajduje w pierwszej rubryce odpowiednie numery odsyłające do „wymagań ogólnych” i „wymagań szczegółowych”.

### Cele kształcenia

Cele zostały sformułowane w języku wymagań i wskazują na konkretne umiejętności ucznia, które powinien osiągnąć podczas realizacji zaplanowanego materiału nauczania. Cele wychowawcze – jako szczególnie znaczące na lekcjach WDŻ znalazły swoje stałe miejsce w końcowej części kolumny i zostały opatrzone nagłówkiem: „Uczeń uświadomi sobie, że:”.

### Materiał nauczania

Program podaje tematykę zajęć i określa kolejność realizacji treści. Uszczegółowienie treści nauczania jest dla prowadzącego zajęcia

niewątpliwą pomocą w zaplanowaniu procesu dydaktycznego dla każdej jednostki lekcyjnej.

Tematyka dotycząca rozwoju psychoseksualnego, zmian okresu adolescencji, czy planowania poczęć została przydzielona do realizacji w grupach jedнопłciowych. Umożliwia to poszanowanie intymności uczniów. Ponadto w grupach jedнопłciowych młodzież bez skrupowania może prosić nauczyciela o wyjaśnienie wątpliwości.

### Metody i formy nauczania

Szeroki wachlarz metod i technik nauczania mobilizuje uczniów do aktywności, co zwiększa szansę na efektywność zajęć i zainteresowanie uczniów.

W programie dla uczniów klasy VIII zostały m.in. zaproponowane: burza mózgów, praca z filmem, gry dydaktyczne, debata, drama, mapa mentalna, mówiąca ściana, wędrujące plakaty, kalambury, praca w parach i praca w grupach. Wiele ćwiczeń zachęca uczniów do refleksji, inne utrwalają wiedzę.

Skuteczność lekcji WDŻ realizowanych zgodnie z programem „Wędrując ku dorosłości” powinna być duża; nauczyciel ustrzeże się monotonii i wyzwoli zaangażowanie uczniów.

Program pozostawia nauczycielowi dużo swobody w wyborze technik i metod, co pozwoli na kreatywne modelowanie zajęć.

### Pomoce i materiały dydaktyczne

Materiały i pomoce dydaktyczne ułatwiają osiągnięcie zamierzonych celów. Program „Wędrując ku dorosłości” proponuje do każdej lekcji prezentacje multimedialne. Niewątpliwie pomogą prowadzącemu w realizacji metod podających (wykład, pogadanka). Percepcja wzrokowa sprzyja ponadto zapamiętaniu istotnych wiadomości.

Do wielu lekcji zostały włączone także filmy edukacyjne, które oprócz przekazywanych informacji urozmaicą i uatrakcyjnią tematykę poruszaną na zajęciach WDŻ. Wiele z tych filmów ma charakter wychowawczy i profilaktyczny.

Aktywizujące zajęcia wymagają przygotowania przez prowadzącego różnorodnych materiałów do pracy indywidualnej czy grupowej, np. polecenia do kalamburów, dramy, zdania niedokończone, karty pracy itp.

### Ocena poprawności merytoryczno-dydaktycznej

Program „Wędrując ku dorosłości” cechuje zgodność z najnowszą wiedzą i rzetelność. Jest dostosowany do możliwości percepcyjnych 14-15-letnich uczniów. Realizuje treści programowe zawarte w rozporządzeniu MEN i jest dostosowany do liczby godzin przewidywanych w rocznym planie nauczania.

Program zawiera treści zgodne z przepisami prawa i ratyfikowanymi umowami międzynarodowymi.

Reasumując: Program nauczania „Wędrując ku dorosłości”. Wychowanie do życia w rodzinie dla klasy VIII, autorstwa Teresy Król, może być przeznaczony do zajęć wychowania do życia w rodzinie na omawianym poziomie rozwoju młodzieży.

*mgr Ewa Kosińska*

psycholog, terapeuta, edukator;  
wieloletni (1990-2006) doradca metodyczny WOM  
i konsultant MCDN w Krakowie, autorka wielu  
publikacji książkowych i artykułów dla nauczycieli  
i wychowawców, pedagogów i psychologów; aktualnie  
szkoleniowiec warsztatów psychologicznych,  
terapeuta w poradni psychologicznej.

Mariola Wacławik

## OPINIA PROGRAMU NAUCZANIA

**Teresa Król, „Wędrując ku dorosłości”. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy VIII szkoły podstawowej, Wydawnictwo Rubikon, Kraków 2018.**

Program „Wędrując ku dorosłości”. *Wychowanie do życia w rodzinie dla klasy VIII szkoły podstawowej* autorstwa Teresy Król jest zgodny z przepisami prawa oświatowego, zwłaszcza z rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej z dnia 14 lutego 2017 r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz podstawy programowej kształcenia ogólnego dla szkoły podstawowej, w tym dla uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu umiarkowanym lub znacznym, kształcenia ogólnego dla branżowej szkoły I stopnia, kształcenia ogólnego dla szkoły specjalnej przysposabiającej do pracy oraz kształcenia ogólnego dla szkoły policealnej (Dz.U. z 2017 r. poz. 356).

Głównym celem opracowanego przez autorkę programu jest nie tylko przekazywanie uczniom wiedzy i umiejętności, ale także stymulowanie ich rozwoju w wymiarze psychicznym, społecznym, moralnym i duchowym. Program ten obejmuje wiedzę dotyczącą biologii, psychologii, etyki i zachowań społecznych młodego człowieka.

Nowa podstawa programowa wychowania do życia w rodzinie sformułowana jest w języku wymagań. Główne kierunki oraz cele kształcenia zapisano jako wymagania ogólne, zaś treści nauczania oraz oczekiwane umiejętności uczniów zapisano jako wymagania szczegółowe (przedstawione w języku efektów uczenia się).

Opracowany przez autorkę program zawiera założenia wynikające z podstawy programowej, tj. wymagania ogólne i szczegółowe, cele kształcenia, treści nauczania, warunki i sposoby realizacji.

Budowa opracowanego programu opiera się na koncepcji nauczania spiralnego. To dla prowadzących zajęcia WDŻ daje możliwość powracania do znanych już treści w szerszym ujęciu w kolejnych latach nauki. Zakładane umiejętności oraz treści nauczania zostały dostosowane do potrzeb i możliwości rozwojowych uczniów.

Treści programowe zawarte w podstawie programowej MEN zostały rozłożone tematycznie dla 14 jednostek lekcyjnych (zgodnie

z rozporządzeniem dotyczącym sposobu realizacji zajęć wychowania do życia w rodzinie). Nauczyciel w ciągu jednego semestru realizuje je w trakcie 19 godzin, ponieważ został utrzymany podział na grupy jedнопłciowe (po 5 godzin dla każdej grupy), co niewątpliwie wpływa na jakość kształcenia. To korzystne rozwiązanie daje możliwość pełniejszego przekazania treści z zakresu rozwoju psychoseksualnego człowieka. Uczniowie otrzymują szansę swobodnego zadawania pytań i zgłaszania swoich wątpliwości.

Nowe treści zawarte w podstawie programowej mają ujęcie holistyczne. Dlatego program wychowania do życia w rodzinie eksponuje aspekty psychologiczne, społeczne i pedagogiczne, m.in.: wzajemne relacje międzyludzkie, komunikację interpersonalną, przyjmowane postawy, sposoby postępowania w sytuacji stresu, presji grupy, różnych zdarzeń życia rodzinnego, miłości młodzieńczej (zakochania), etapach rozwoju i rodzajach miłości, seksualności człowieka, przedwczesnej inicjacji seksualnej, chorób przenoszonych drogą

płciową, w tym AIDS, metod rozpoznawania płodności i antykoncepcji, problemu niepłodności, zagadnień związanych z dojrzałością do małżeństwa i wreszcie trudnych doświadczeń związanych z chorobą, cierpieniem, śmiercią i pamięcią o zmarłych. Prezentowane treści są obszerne i wynikają szczególnie z potrzeb zmieniającej się rzeczywistości, współczesnych zagrożeń cywilizacyjnych, wskazań środowisk wychowawczych.

Autorka podkreśla, że nadrzędnym celem edukacji zgodnie z zapisami w podstawie programowej jest przekazanie uczniom określonego zasobu informacji, kształcenie i doskonalenie podstawowych umiejętności oraz kształtowanie odpowiednich postaw.

Teresa Król szczegółowo prezentuje zróżnicowane sposoby osiągnięcia celów kształcenia i wychowania, proponując i opisując sprawdzone efektywne metody i techniki dydaktyczne. Motywują one uczniów do refleksji i pogłębiania przekazywanych treści. Nie zabrakło też w programie wskazówek dotyczących metod z wykorzystaniem TIK.

We wstępie do programu podkreśla się jednak, że nauczyciel wybierając metody dydaktyczne, powinien uwzględnić możliwości uczniów oraz dostosować określone metody i formy zajęć do realnych warunków swojej placówki oświatowej. Niewątpliwym atutem programu jest akcentowanie zagadnień wychowawczych i profilaktycznych. Zaznacza się wyraźnie sprawę wyboru właściwych postaw, które pomagają uczniom dokonywać

słusznych i mądrych wyborów. Podejmowane tematy skłaniają do samodzielnych ocen i refleksji, rozwijają wrażliwość, uczą aktywnego uczestnictwa w kulturze, szacunku do tradycji, kształtują osobowość, uczą ofiarności, współpracy i altruizmu.

**Biorąc pod uwagę nowatorstwo, walory wychowawcze tego programu, jego zgodność z podstawą programową i wymaganiami zawartymi w rozporządzeniach MEN rekomenduję go do użytku szkolnego do zajęć wychowania do życia w rodzinie w klasie VIII szkoły podstawowej.**

*mgr Mariola Wacławik*

wykładowca i wicedyrektor Krakowskiego Instytutu Rozwoju Edukacji, trener zajęć socjoterapeutycznych, lider ds. profilaktyki, ekspert MEN, egzaminator CKE, szkoleniowiec

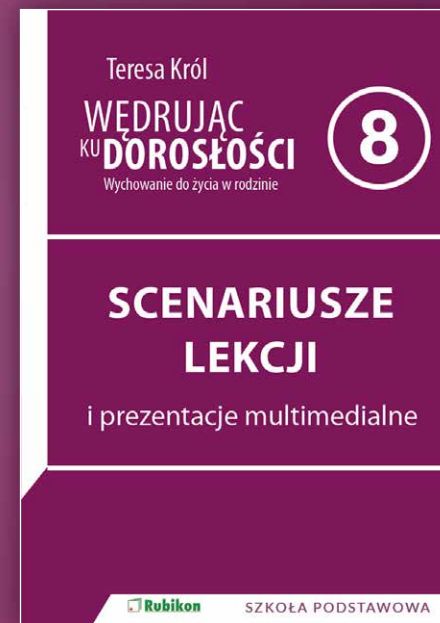
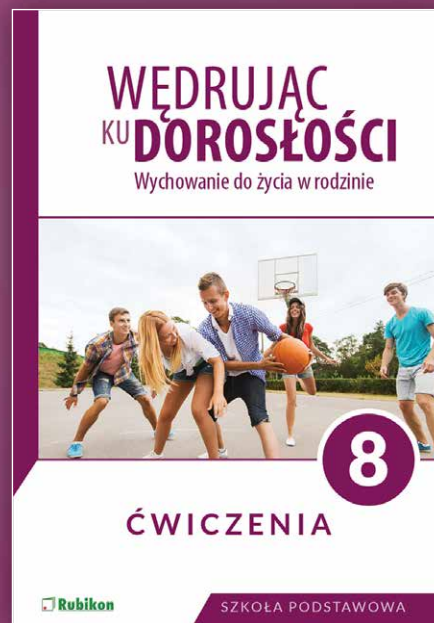
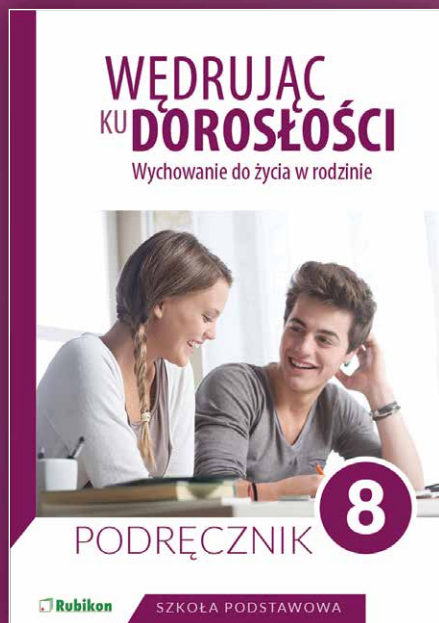












KsięgarniaRUBIKON.pl

