

## WYMAGANIA EDUKACYJNE DLA PRZEDMIOTU: WYCHOWANIE DO ŻYCIA W RODZINIE - KL. V.

### **Lekcja 1: Gdzie dom, tam serce twoje.**

**Uczeń potrafi:** • przedstawić – w zarysie – zagadnienia, które będą omawiane na lekcjach WDŻ w klasie V, • omówić zasady pracy na lekcjach WDŻ, • wymienić komponenty szczęścia rodzinnego, jak: okazywanie sobie szacunku, życzliwości, uprzejmości, wdzięczności, uczynności, itp. • uzasadnić potrzebę włączenia się wszystkich członków rodziny w budowanie prawidłowych relacji rodzinnych.

**Uczeń uświadomi sobie, że:** • jego odpowiedzialność i działania także przyczyniają się do tworzenia dobrej atmosfery w rodzinie.

### **Lekcja 2 Rodzina – moje okno na świat**

**Uczeń potrafi:** • opisać rolę rodziny w zdobywaniu i poszerzaniu wiedzy o bliższym i dalszym otoczeniu, o świecie, o człowieku i o życiu, • opisać, na czym polega pomoc rodziców i dziadków w przyswajaniu norm moralnych oraz w rozwijaniu talentów i zdolności, • wskazać na oddziaływanie rodziców, dziadków, rodzeństwa w kształtowaniu pozytywnych postaw, np. empatii, miłości, szczerości, prawdomówności, itp.

**Uczeń uświadomi sobie:** • rolę rodziców, dziadków, rodzeństwa w przyswajaniu norm moralnych i zgodnych z nimi zachowań.

### **Lekcja 3 Emocje i uczucia**

**Uczeń potrafi:** • dostrzec bogactwo stanów emocjonalnych i uczuciowych towarzyszących życiu człowieka, • określić różnice między emocjami a uczuciami, • nazwać różne sposoby wyrażania emocji i uczuć, • opisać biegunowość i stopień natężenia procesów emocjonalno-uczuciowych, • wymienić rodzaje uczuć, • określić rolę uczuć w życiu człowieka.

**Uczeń uświadomi sobie:** • potrzebę wypracowania samokontroli i formułowania komunikatów społecznie akceptowalnych, m.in. komunikatu „ja”

### **Lekcja 4 Porozmawiajmy**

**Uczeń potrafi:** • określić, czym jest komunikacja międzyosobowa, • zdefiniować komunikację

werbalną i niewerbalną, • dostrzec atuty sztuki porozumiewania się w rodzinie, • wskazać wagę miłości, szacunku i posłuszeństwa dzieci w rodzinie, • określić, czym jest konflikt w rodzinie, • przedstawić potrzebę rozwiązywania konfliktów oraz przeproszenia i przebaczenia.

**Uczeń uświadomi sobie, że:** • za dobrą atmosferę w rodzinie odpowiadają wszyscy jej członkowie.

### **Lekcja 5: Święta coraz bliżej**

**Uczeń potrafi:** • przedstawić wydarzenia rodzinne i rocznice, które najczęściej świętujemy i o których trzeba pamiętać, • wymienić święta religijne, narodowe, regionalne, • opisać sposoby przygotowania się i obchodzenia świąt, • scharakteryzować atmosferę świąt, • wskazać wartości, które daje nam świętowanie.

**Uczeń uświadomi sobie:** • swoją rolę w tworzeniu atmosfery świętowania, w przygotowaniu świąt i rozwijaniu inwencji twórczej z tej okazji.

### **Lekcja 6: Zaplanuj odpoczynek**

**Uczeń potrafi:** • zaplanować czas na zajęcia domowe, szkolne i rekreację, • wskazać sposoby spędzania wolnego czasu, • dostrzec atuty dobrze zorganizowanego odpoczynku, • opisać korzyści z aktywnego odpoczynku, • określić wagę kontaktów człowieka z przyrodą i światem kultury, • uzasadnić potrzebę rozwijania swoich pasji, zainteresowań i hobby.

**Uczeń uświadomi sobie, że:** • umiejętność zorganizowania czasu wolnego przywraca siły, wzmacnia kontakty międzyludzkie i jest okazją do samorozwoju.

### **Lekcja 7: Mądry wybór w świecie gier**

**Uczeń potrafi:** • scharakteryzować zjawisko gier komputerowych jako popularny sposób spędzania wolnego czasu, • wskazać na atrakcyjność gier komputerowych dostarczających silnych emocji, • określić rodzaje gier komputerowych, • wymienić pozytywne skutki gier komputerowych, • omówić zagrożenia i wskazać negatywne oddziaływania gier komputerowych

**Uczeń uświadomi sobie, że:** • powinien ustalić racjonalne zasady korzystania z gier komputerowych.

### **Lekcja 8: Uprzejmość i uczynność**

**Uczeń potrafi:** • wskazać, na czym polega istota uprzejmości i uczynności, • uzasadnić, dlaczego

uczynność, dobroć oraz uprzejmość sprzyjają pogłębianiu relacji międzyludzkich, • przedstawić, dlaczego uczynność, dobroć i uprzejmość są istotne w kontaktach z osobami z niepełnosprawnością, • dostrzec w osobach z niepełnosprawnościami wartościowych partnerów w koleżeństwie i przyjaźni.

**Uczeń uświadomi sobie, że:** • uczynność, uprzejmość i dobroć sprzyjają tworzeniu i pogłębianiu relacji międzyludzkich.

### **Lekcja 9: Poszukiwany: przyjaciel**

**Uczeń potrafi:** • zdefiniować pojęcie przyjaźni, • wskazać istotę i znaczenie przyjaźni w życiu człowieka, • omówić warunki przyjaźni, • wymienić cechy dobrego przyjaciela, • uzasadnić, dlaczego przyjaźń sprzyja rozwijaniu zainteresowań i pasji, • wskazać sposoby rozwijania przyjaźni.

**Uczeń uświadomi sobie, że:** • przyjaźń daje szansę na rozwijanie empatii, życzliwości, zaufania, szczerości – czyli może stać się szkołą charakteru.

### **Lekcja 10: Moje ciało (lekcja dla grupy dziewcząt)**

**Uczennica potrafi:** • wskazać na płciowość jako zespół cech i zachowań wymagających intymności i szacunku, • uzasadnić potrzebę akceptacji swojej płciowości, • wymienić i omówić funkcje płciowości, • uzasadnić potrzebę respektowania godności człowieka, również w aspekcie płci, • zaprezentować sposoby obrony własnej nietykalności, intymności i godności.

**Uczennica uświadomi sobie, że:** • nikt nie może być traktowany przedmiotowo i poniżany.

### **Lekcja 11: Moje ciało (lekcja dla grupy chłopców)**

**Uczeń potrafi:** • wskazać na płciowość jako zespół cech i zachowań wymagających intymności i szacunku, • uzasadnić potrzebę akceptacji swojej płciowości, • wymienić i omówić funkcje płciowości, • uzasadnić potrzebę respektowania godności człowieka, również w aspekcie płci, • zaprezentować sposoby obrony własnej nietykalności, intymności i godności.

**Uczeń uświadomi sobie, że:** • nikt nie może być traktowany przedmiotowo i poniżany.

### **Lekcja 12: Dojrzewam (lekcja dla grupy dziewcząt)**

**Uczennica potrafi:** Uczennica potrafi: • podać definicję pokwitania i wiek dziewcząt, w którym

dochodzi do zmian w ich organizmach, • omówić zmiany fizyczne zachodzące w organizmie dziewczynki w tym okresie, • scharakteryzować proces rozwojowy cykli miesięczkowych w okresie pokwitania. Uczennica uświadomi sobie, że: • każda dziewczynka ma swoje własne tempo rozwoju, które trzeba zaakceptować.

**Uczennica uświadomi sobie, że:** • każda dziewczynka ma swoje własne tempo rozwoju, które trzeba zaakceptować.

### **Lekcja 13: Dojrzewam (lekcja dla grupy chłopców)**

**Uczeń potrafi:** • podać definicję pokwitania i wiek chłopców, w którym dochodzi do zmian w ich organizmach, • omówić zmiany fizyczne chłopców charakterystyczne dla okresu pokwitania.

**Uczeń uświadomi sobie, że:** • każdy chłopiec ma swoje własne tempo rozwoju, które trzeba zaakceptować.

### **Lekcja 14: Dbam o higienę (lekcja dla grupy dziewcząt)**

**Uczennica potrafi:** • przedstawić higienę jako zapewnienie najlepszych warunków do rozwoju fizycznego nastolatek, • uzasadnić potrzebę przestrzegania higienicznego trybu życia w celu ochrony zdrowia, • przedstawić typowe problemy związane z higieną i dorastaniem, • wymienić podstawowe zasady higieny osobistej.

**Uczennica uświadomi sobie:** • potrzebę wypracowania nawyków związanych z higienicznym trybem życia.

### **Lekcja 15: Dbam o higienę (lekcja dla grupy chłopców)**

**Uczeń potrafi:** • przedstawić higienę jako zapewnienie najlepszych warunków do rozwoju fizycznego nastolatków, • uzasadnić potrzebę przestrzegania higienicznego trybu życia, • przedstawić typowe problemy nurtujące chłopców w okresie dojrzewania, • wymienić podstawowe zasady higieny osobistej nastolatków.

**Uczeń uświadomi sobie:** • potrzebę wypracowania nawyków związanych z higienicznym trybem życia.

### **Lekcja 16 Zdrowy styl życia (lekcja dla grupy dziewcząt)**

**Uczennica potrafi:** • uzasadnić, dlaczego właściwe odżywianie i odpowiednia ilość snu mają wpływ na jej rozwój, • przedstawić zasady zdrowego odżywiania, • omówić dobre nawyki

żywieniowe, • uzasadnić potrzebę aktywności fizycznej.

**Uczennica uświadomi sobie, że:** • tryb życia nastolatki decyduje o jej zdrowiu i kondycji fizycznej.

### **Lekcja 17: Zdrowy styl życia (lekcja dla grupy chłopców)**

**Uczeń potrafi:** • uzasadnić, dlaczego właściwe odżywianie i odpowiednia ilość snu mają wpływ na jego rozwój, • przedstawić zasady zdrowego odżywiania, • omówić dobre nawyki żywieniowe, • uzasadnić potrzebę aktywności fizycznej.

**Uczeń uświadomi sobie, że:** • tryb życia nastolatka decyduje o jego zdrowiu i kondycji fizycznej.

### **Lekcja 18: Zrozumieć siebie i innych (lekcja dla grupy dziewcząt)**

**Uczennica potrafi:** • scharakteryzować labilność emocjonalną nastolatek, • wyartykułować niepokoje związane z okresem dojrzewania, • przedstawić sytuacje, w których dochodzi do izolacji od rówieśników i unikania kontaktów towarzyskich, • wskazać potrzebę ustalania granic, tego, co wolno i czego nie wolno.

**Uczennica uświadomi sobie:** • konieczność stawiania sobie granic i dokonywania odpowiedzialnych wyborów.

### **Lekcja 19: Zrozumieć siebie i innych (lekcja dla grupy chłopców)**

**Uczeń potrafi:** • scharakteryzować labilność emocjonalną nastolatków, • wskazać niepokoje, których doświadcza nastolatek, • przedstawić skłonność chłopców do zachowań agresywnych i walki o niezależność, • przedstawić sytuacje, w których dochodzi do izolacji od rówieśników i unikania kontaktów towarzyskich, • wskazać potrzebę ustalania granic, tego, co wolno i czego nie wolno.

**Uczeń uświadomi sobie:** • konieczność stawiania sobie granic i dokonywania odpowiedzialnych wyborów.